Пальчики оближешь

Закуски к празднику



ББК 36.99
М 25

Маркова А. П.
М 25 Закуски к празднику. — Ростов н/Д: изд-во «Феникс», 2004. — 320 с. (Серия «Пальчики оближешь!»)

Праздничный стол просто немыслим без хороших, возбуждающих аппетит закусок. С них начинается любое застолье, от них в немалой степени зависит, какие спиртные напитки будут предложены гостям.

Подбор закусок и их оформление на праздничном столе — это искусство, которое приходит не сразу. Научить этому и призвана предлагаемая читателю книга. Собранные в ней лучшие рецепты закусок сделают незабываемым ваш праздничный стол и обеспечат вам самую искреннюю благодарность гостей.

ISBN 5-222-04550-1 **ББК 36.99**

ОСТРЫЕ ЗАКУСКИ ИЗ ПЕРЦА ПОД ВОДКУ И КОНЬЯК

ПЕРЕЦ ЖАРЕНЫЙ С ЧЕСНОКОМ

1 кг сладкого перца * 100 г растительного масла * 3 большие головки чеснока.
***Соус:* 3 ст. л. уксуса * $^1/_2$ ч. л. сахара.**

Сладкий перец промыть, обсушить. Разогреть в кастрюле растительное масло. Обжарить в ней перец. Во время жарки стручки перца переворачивать, чтобы они обжарились равномерно. Жарить под крышкой, на умеренном огне.

Перец сложить в эмалированную кастрюлю, закрыть крышкой. Когда стручки размягчатся, очистить их от кожицы. В салатницу уложить слой перца, слой толченого чеснока и посолить. Затем еще слой перца и чеснока, и т. д. Все залить соусом.

Приготовление соуса: смешать уксус, сок от перца и сахар.

В перец можно добавить нарезанные помидоры. Подается жареный перец как закуска и как гарнир.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ И РИСОМ

1 кг перца * 300 г вареного мяса * 200 г риса * 2 головки репчатого лука * 2 ст. л. маргарина или масла * 2 ст. л. бульона * 1 стакан сметаны * соль * перец черный молотый * зелень петрушки или укропа.

Перец подготовить, как указано в предыдущем рецепте. Рис отварить до полуготовности, соединить с пропущенным через мясорубку мясом и спассерованным луком, посолить, поперчить. Полученным фаршем наполнить стручки перца, поместить их в сотейник или другую неглубокую посуду, залить бульоном, закрыть крышкой и поставить тушить на медленном огне на 40 мин. Готовый перец посыпать зеленью петрушки или укропа. К перцу подать соусник со сметаной.

ПЕРЕЦ В ТОМАТНОМ СОУСЕ

1 кг перца * 50 г растительного масла.
Соус: 3 луковицы * 3 свежих помидора или 1 ст. л. томата * $^1/_2$ ч. л. сахара * соль.

Перец обжарить. Приготовить соус: луковицы мелко нарезать, спассеровать на растительном масле, добавить ложку томата, сахар и столько же соли. Обжаренные и очищенные от кожицы перцы залить соусом, варить 4 мин.

ИКРА ИЗ ПЕРЦА И БАКЛАЖАНОВ

2 баклажана * 5 помидоров * 300 г сладкого перца * 9 зубчиков чеснока * 2 ст. л. растительного масла * черный молотый перец * соль.

Стручки перца и баклажаны запекают. После охлаждения их разрезают вдоль пополам, удаляют кожицу, а из перца — и семена. Помидоры ошпаривают и снимают с них кожицу. Все овощи измельчают, смешивают, добавляют растительное масло, черный молотый перец, прогревают 3 мин при слабом нагреве и охлаждают.

В охлажденную икру добавляют растертый с солью чеснок.

РАГУ ПО-КРЕСТЬЯНСКИ

5 помидоров * 300 г сладкого перца * 2,5 ст. л. растительного масла * 3 яйца * 2 головки репчатого лука * соль.

Репчатый лук мелко нарезают и слегка обжаривают с растительным маслом. Стручки сладкого перца нарезают тонкими кружками, соединяют с луком, крупно нарезанными помидорами, добавляют немного воды, солят и тушат 15 мин. Яйца хорошо перемешивают и выливают на тушеные овощи.

Подают рагу с рассыпчатым рисом.

ГУЛЯШ ИЗ ГРИБОВ

300 г вареных рубцов * 300 г сладкого перца * 5 помидоров * 2 ч. л. томата-пюре * 1 головка репчатого лука * 4 ст. л. маргарина * 1 ч. л. муки * 15 г зелени * специи * соль.

Обработанные и отваренные рубцы (желудки) нарезают крупной лапшой, лук — полукольцами. Лук обжаривают с маргарином, в конце добавляют муку, обжаренную до слабого окрашивания, томат-пюре. Стручки сладкого перца и помидоры нарезают некрупными дольками и пассеруют, затем соединяют с пассерованным луком и приготовленными рубцами, заливают горячей водой так, чтобы рубцы были ею покрыты. Добавляют соль, специи и продолжают тушение 30 мин. При подаче на стол гуляш посыпают зеленью.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ ЯБЛОКАМИ

520 г сладкого перца * 2 яйца * 9 яблок * 1 ст. л. зелени петрушки * 2 ст. л. майонеза.

Подготовленные стручки сладкого перца запекают, снимают с них кожицу.

Для фарша яблоки, нарезанные мелкими кубиками, смешивают с рублеными сваренными вкрутую яйцами, мелко нарезанной зеленью петрушки и майонезом. Этим фаршем наполняют стручки перца.

При подаче на стол фаршированный перец украшают зеленью.

КРОКЕТЫ

170 г брынзы * 1 кг полуострого перца * 2 яичных желтка * 3 ст. л. растительного масла * 25 г петрушки * 2 яйца * молотые сухари и пшеничная мука — сколько пойдет * черный молотый перец * соль.

Стручки перца запекают. После охлаждения их разрезают вдоль пополам, удаляют кожицу и семена. В протертый перец добавляют пропущенную через мясорубку брынзу, яичные желтки, яйца, мелко нарезанную зелень петрушки, черный молотый перец, соль. Все хорошо перемешивают. Затем в массу всыпают муку и молотые сухари — столько, чтобы можно было сформовать крокеты, по форме напоминающие грецкий орех. Изделия панируют в муке, смачивают в яйце и жарят в хорошо нагретом масле.

Подают к столу горячими с простоквашей.

ИКРА ИЗ ПЕРЦА И ЗЕЛЕНЫХ ПОМИДОРОВ

500 г зеленых помидоров и полуострого перца * 4 ст. л. растительного масла * яйцо * 2 свежих помидора * 4 зубчика чеснока * 1 головки репчатого лука * 5 %-ный уксус и соль — по вкусу * 30 г зелени петрушки.

Стручки перца моют и запекают. Очищают от кожицы, удаляют сердцевину и семена, затем перец протирают. Протертые помидоры и перец смешивают, добавляют рубленые, растертые с солью чеснок и лук, мелко нарезанную зелень петрушки, уксус и растительное масло.

Все хорошо перемешивают. Готовую икру выкладывают горкой в салатник. Посыпают мелко нарезанными сваренными вкрутую яйцами.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ ОВОЩАМИ

5 стручков сладкого перца.
Для фарша: 1 головка репчатого лука * 2 помидора * 4 ст. л. 3 %-ного уксуса * 2 моркови * 1 корень петрушки * 2 ст. л. растительного масла * $^2/_3$ ст. л. сахара.

Подготовленные стручки перца заливают горячей водой и варят 2 мин, затем откидывают на дуршлаг и заполняют фаршем.

Приготовление фарша: морковь и корень петрушки нарезают мелкой соломкой и пассеруют. Отдельно обжаривают лук, нарезанный полукольцами. Все смешивают, добавляют жареные помидоры. Затем фарш заправляют сахаром, уксусом и доводят до кипения.

Подготовленный сладкий перец с овощным фаршем укладывают на противень и запекают в духовке с небольшим количеством жидкости до готовности.

Подают фаршированный перец в горячем и холодном виде.

ЛЕЧО ИЗ СЛАДКОГО ПЕРЦА

1 кг томатного пюре * 2 ст. л. сахара * 1 кг сладкого перца * 1 ст. л. соли.

Стручки сладкого перца освобождают от плодоножки и семян, разрезают вдоль на полоски шириной 2 см.

Томатную пасту промышленного производства разбавляют равным количеством воды и доводят до кипения.

В томатное пюре кладут подготовленный перец, соль, сахар и доводят до кипения, варят 10 мин.

Лечо подают к столу холодным.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ РИСОМ

650 г сладкого перца * 40 г сыра * 70 г свиной копченой грудинки * $^1/_2$ ст. л. сливочного масла * $^1/_2$ стакана риса * 70 г зеленого лука * $^1/_2$ стакана бульона.

Для соуса: 2 ч. л. томата-пюре * 5 ст. л. сметаны * 12 щепоток мускатного ореха * 1 ч. л. муки * 3 ст. л. маргарина * 5 зубчиков чеснока * 1 ч. л. сахара * соль.

Подготовленный для фарширования перец наполняют фаршем.

Для фарша к отварному рису добавляют нарезанную мелкими кубиками копченую свиную грудинку, мелко нарезанный зеленый лук, маргарин, тертый сыр, все перемешивают.

Фаршированные стручки укладывают в один-два ряда в неглубокую кастрюлю, заливают бульоном и тушат 25 мин при слабом кипячении.

В отдельной посуде подогревают жир, кладут в него томат-пюре и пассеруют 6 мин. Затем добавляют муку, разведенную жидкостью, полученной при тушении перца, сметану и варят 4 мин. Полученный соус заправляют мелко рубленным чесноком и тертым мускатным орехом, сахаром и солью. Фаршированный перец заливают этим соусом и тушат 15 мин.

ПЕРЕЦ С ЛИСИЧКАМИ

8 стручков сладкого перца * 1 головка репчатого лука * 50 г шпика * 250 г лисичек * 500 г помидоров * соль * зелень петрушки.

Лук мелко нарезать, обжарить со шпиком, затем соединить с лисичками, очищенными, нарезанными дольками помидорами и нашинкованными стручками перца, освобожденного от семян. Все перемешать, посолить и потушить в духовке. Готовое блюдо обильно посыпать рубленой зеленью петрушки.

ЛЕЧО ПО-ВЕНГЕРСКИ

300 г сладкого перца * 250 г помидоров * 30 г ветчины * 2—3 головки лука * 1—2 ст. л. свиного жира * соль * перец красный жгучий молотый.

Стручки перца, освобожденного от семян, нарезать широкими полосками, очищенные помидоры — половинками, лук — кольцами, ветчину — кубиками. В глубокой сковороде растопить свиной жир и обжарить в нем подготовленные овощи и ветчину. Затем все посолить, заправить красным жгучим перцем и потушить на плите или в духовке, прикрыв сковороду крышкой.

СОЧНЫЕ ЗАКУСКИ ИЗ ПОМИДОРОВ ПОД ВОДКУ

ПОМИДОРЫ С РЫБОЙ

500 г помидоров * 750 г филе рыбы * 2 сырых яйца * 1 стакан молока * 2 головки репчатого лука * 1 ст. л. муки * 2 ст. л. растительного масла * сок лимона * соль * перец черный молотый * зелень петрушки.

На смазанную жиром сковороду положить слоями куски рыбного филе, сбрызнуть их соком лимона, посолить. Сверху положить слой помидоров, нарезанных ломтиками, на них еще слой рыбного филе. Верхний слой рыбы также сбрызнуть соком лимона, посолить и поперчить. Лук мелко порубить и смешать с яйцами, молоком, мукой и растительным маслом. Полученной массой залить верхний слой рыбы. Сковороду поставить в духовку, помидоры с рыбой запечь до образования румяной корочки, при подаче посыпать зеленью петрушки. К готовому блюду можно подать сметану или сметанный соус.

ПОМИДОРЫ, ЖАРЕННЫЕ С ЯЙЦАМИ

450 г сала шпик * 12 помидоров * 1 головка репчатого лука * 8 яиц * зелень * черный молотый перец * соль.

Шпик, нарезанный небольшими ломтиками, обжаривают. Добавляют мелко нарезанный лук, нарезанные ломтиками помидоры и продолжают обжаривать. Вводят яйцо, посыпают перцем, солью и доводят блюдо до готовности.

При подаче блюдо посыпают мелко нарезанной зеленью.

ЗАПЕЧЕННЫЕ ПОМИДОРЫ

800 г помидоров * 4 ст. л. маргарина * 250 г панировочных сухарей * 200 г ветчины * соль * перец черный молотый * зелень петрушки.

Помидоры опустить в горячую воду, затем в холодную, освободить от кожицы, нарезать ломтиками. После этого обвалять в сухарях, положить в сковороду, смазанную маргарином, на помидоры положить кусочки ветчины (ветчину можно заменить отварным мясом, колбасой, сосисками или сардельками), на ветчину — еще один слой помидоров в сухарях, верхний слой посолить, поперчить, положить на него тонкие ломтики маргарина, все запечь в духовке до образования румяной корочки. Готовые помидоры обильно посыпать зеленью петрушки.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ БАКЛАЖАНАМИ

6—8 помидоров средней величины * 300 г баклажанов * 1 головка репчатого лука * 2—3 дольки чеснока * 2 сырых яйца * 2—3 ст. л. растительного масла * 50 г сыра * соль * перец черный молотый * зелень петрушки или укропа.

У помидоров срезать верхнюю часть (со стороны плодоножки) и острым ножом аккуратно выбрать мякоть. Помидоры посолить, поперчить. Баклажаны почистить мелко порубить, смешать с мякотью помидоров и мелко нарезанным луком, смесь обжарить в масле, добавить к ней мелко нарубленный чеснок, соль, перец, яйца, все перемешать и полученной массой нафаршировать подготовленные помидоры, каждый помидор посыпать тертым сыром, накрыть срезанной верхушкой и сбрызнуть растительным маслом. Помидоры уложить на сковороду и запечь в духовке. Готовые помидоры украсить зеленью петрушки или укропа и подать горячими как второе блюдо или как холодную закуску.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРИБАМИ И ЯЙЦАМИ

9 помидоров * 450 г свежих грибов * $^4/_5$ стакана соуса * 2 яйца * 4 ст. л. маргарина * 30 г сыра * 140 г зеленого лука * черный молотый перец * соль * 1 пучок зелени.

Подготовленные помидоры наполняют фаршем, кладут на сковородку, смазанную маргарином, посы-

пают тертым сыром, сбрызгивают растопленным маргарином и запекают в духовке.

При подаче фаршированные помидоры поливают сметанным соусом.

Для приготовления фарша подготовленные свежие грибы варят 6 мин, откидывают на дуршлаг, слегка обсушивают, а затем мелко рубят и жарят. После этого грибы соединяют с рублеными вареными яйцами, мелко нарезанным зеленым луком, зеленью петрушки, добавляют перец, соль.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ И ГРИБАМИ

6—8 одинаковых по размеру зрелых крепких помидоров * 200 г жареного мяса домашней птицы * 200 г вареных или жареных грибов * 2 сваренных вкрутую яйца * сок $^1/_2$ лимона * соль * перец черный молотый * зелень петрушки или укропа.

У помидоров срезать верхнюю часть (со стороны плодоножки), острым ножом или чайной ложкой аккуратно выбрать мякоть, помидоры посолить, поперчить, сбрызнуть соком лимона и наполнить фаршем, приготовленным из мелких кусочков жареного мяса, жареных грибов (шампиньонов, боровиков, подосиновиков или подберезовиков) и выбранной из помидоров мякоти. На каждый помидор положить кружочек яйца. Помидоры уложить на блюдо, украсить зеленью.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЯЙЦАМИ И СЫРОМ

6 помидоров * 120 г сыра * 4 яйца * 50 г сливочного масла.

Твердые, круглые помидоры одинаковой величины помыть, срезать верхушки, удалить сердцевину. Сыр натереть, смешать с сырыми яйцами, добавить кусочек сливочного масла и все тщательно растереть. Нафаршированные полученной массой помидоры поместить в духовку на 15 мин.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ САЙРОЙ ИЛИ ШПРОТАМИ

6 помидоров * 200 г сайры или шпрот * 3 яйца * 1 ч. л. лимонного или томатного сока * перец, соль — по вкусу.

Шпроты или сайру размять с крупными желтками, добавить масло из консервной банки, томатный или лимонный сок, посолить, поперчить. Смешать.

Подготовленные заранее помидоры заполняют полученной массой. Можно украсить их майонезом, кусочками крутого белка, измельченным зеленым луком.

ПОМИДОРЫ С ЯИЧНЫМ ФАРШЕМ

6 помидоров * 10 яиц * 2 ломтика хлеба * 1/2 стакана молока * 1 ст. л. сметаны * перец * соль * зелень * 10 г растительного масла * 30 г сливочного масла.

Крутые яйца вместе с ломтиками хлеба, предварительно замоченными в молоке, размять вилкой. Добавить ложку сметаны, перец, зелень, соль.

Срезать верхнюю часть у помидоров, удалить сердцевину, нафаршировать помидоры полученной смесью, сверху положить по кусочку сливочного масла. Поместить в духовку на листе, смазанном растительным маслом.

Подавать со сметаной.

АРОМАТНЫЕ ЗАКУСКИ ИЗ КАБАЧКОВ ПОД ВОДКУ

КАБАЧКИ ЖАРЕНЫЕ

500 г кабачков * 1 сырое яйцо * 2 ст. л. молока * 3 ст. л. муки * по 100 г растительного масла и сметаны * соль * зелень укропа.

Кабачки промыть, освободить от кожицы (у молодых плодов нежную тонкую кожицу можно не срезать), нарезать кружочками (толщиной не менее 1 см), посолить, обмакнуть в яйцо, смешанное с молоком, обвалять в муке и обжарить в масле с двух сторон. Обжаренные кабачки сложить в глубокую сковороду, залить сметаной, прикрыть крышкой и слегка потомить в духовке. Кабачки подать горячими, посыпав мелко нарубленной зеленью укропа.

КОТЛЕТЫ С КАБАЧКАМИ

800 г кабачков * 150 г брынзы * 1 яйцо * 60 г сыра * 2 ст. л. молотых сухарей * 2 ст. л. муки * 2 яичных желтка * 120 г сливочного масла * черный молотый перец * соль.

Нарезанный ломтиками кабачок припускают до мягкости в небольшом количестве подсоленной воды,

в конце добавляют муку, массу перемешивают и охлаждают.

Когда все остынет, кладут измельченную на терке или мясорубку брынзу, яичные желтки, перец, соль, все тщательно перемешивают, а затем формуют небольшие котлеты. Панируют их вначале в муке, смачивают во взбитом яйце и вновь панируют, но в сухарях.

Поджаривают котлеты на сковороде с разогретым маслом до золотистого цвета. При подаче котлеты посыпают тертым сыром.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ

1 кг кабачков * 200 г сыра * 50 г сливочного масла * $^1/_2$ стакана кипяченой воды * 200 г сметаны * 1 ст. л. муки.

Кабачки, очищенные от кожицы, разрезать поперек на две половинки. Вырезать сердцевину. Нафаршировать растертым сыром, смешанным со сливочным маслом и измельченной зеленью.

В казанок влить кипяченой воды, положить фаршированные кабачки, залить сметаной, смешанной со столовой ложкой муки. Накрыть крышкой и варить 20 мин.

КАБАЧКИ ФАРШИРОВАННЫЕ

1 кг кабачков * 300 г моркови * 250 г капусты * 100 г петрушки и сельдерея * 150 г репчатого лука * 100 г сливочного масла * 500 г сметаны * соль.

Ровные по всей длине кабачки очистить от кожицы, срезать концы. Ложкой или острым ножом ос-

вободить кабачки от семян и наполнить их фаршем, приготовленным из мелко нарезанных овощей. Кабачки обжарить со всех сторон, положить в неглубокую кастрюлю, посолить, залить сметаной и поставить тушить на 30—40 мин, накрыв кастрюлю крышкой. В качестве начинки можно использовать кроме овощного крупяной, грибной или мясной фарш.

ПЛОВ ИЗ КАБАЧКОВ

800 г кабачков * $^1/_2$ луковицы * 400 г воды * 2 ст. л. растительного масла * 1 ст. л. риса * 1 $^1/_2$ ст. л. зелени укропа * соль.

Очищенные кабачки нарезают кубиками и обжаривают с небольшим количеством растительного масла. Отдельно варят рис. Сваренный рис кладут в неглубокую кастрюлю, добавляют обжаренные кабачки, пассерованный лук, вливают воду, добавляют соль и мелко нарезанную зелень. В течение примерно 30 мин доводят до готовности в закрытой посуде в духовке.

КАБАЧКИ, ТУШЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ И СЫРОМ

500 г картофеля * 700 г кабачков * 200 г сметаны * 1 ст. л. сыра * 20 г сливочного масла * 20 г растительного масла.

Кабачки и картофель очистить от кожуры, промыть, нарезать ломтиками и обжарить отдельно, на двух сковородах, на сливочном масле, смешанном наполовину с растительным. В кастрюлю положить ряд картофеля, затем ряд кабачков. Залить сметаной, посолить, посыпать тертым сыром. Тушить на слабом огне 15 мин.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ И СЫРОМ

800 г кабачков.
Для фарша: 50 г мяса * 3 ст. л. риса * $^1/_2$ моркови * 3 помидора * 1 головка репчатого лука * черный молотый перец * соль.
Для запекания: $^1/_2$ стакана сметаны * 3 ст. л. маргарина.

Очищают от кожицы кабачки, нарезают поперек кружками толщиной 6 см и вынимают $^3/_4$ мякоти с семенами. Подготовленные кабачки слегка бланшируют в кипящей подсоленной воде и откладывают на дуршлаг. Когда вода стечет, кабачки наполняют фаршем.

Для фарша мясо измельчают на мясорубке, добавляют отварной рис, пассерованные овощи, зелень, перец, соль и хорошо перемешивают.

Фаршированные кабачки кладут в один ряд на смазанную маргарином сковороду, заливают сметаной и запекают в духовке до готовности. При подаче на стол кабачки посыпают зеленью.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРЕЧНЕВОЙ КАШЕЙ И ТВОРОГОМ

600 г кабачков.
Для фарша: 170 г творога * 4 ст. л. гречневой крупы * 3 ст. л. сливочного масла * 1 яйцо * черный молотый перец * соль.
Для запекания: 200 г сметанного соуса * 1 $^1/_2$ ст. л. тертого сыра.

Кабачки приготавливают для фарширования, как указано выше. Для фарша рассыпчатую гречневую

кашу смешивают с творогом, рубленым сваренным вкрутую яйцом, перцем, солью, маслом.

Фаршированные кабачки запекают на сковороде в духовке так же, как указано выше в предыдущем рецепте.

При подаче блюдо посыпают зеленью.

КАБАЧКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ОВОЩАМИ

На 1 кг кабачков: 100 г растительного масла * 150 г репчатого лука * по 200 г моркови и репы * 50 г сельдерея * 150 г томата-пюре * 2 лавровых листа * 4 горошины душистого перца * 30 г укропа или 60 г зелени петрушки или зеленого лука * 200 г свежих помидоров * соль, сахар, уксус, гвоздика, чеснок и красный перец — по вкусу.

С мелких обмытых кабачков срезать тонким слоем кожуру и стебель, специальной выемкой или ложкой вынуть зерна. В сотейник влить немного растительного масла, уложить в один ряд кабачки и в духовом шкафу или на слабом огне плиты, изредка перевертывая, довести их до полуготовности, а затем переложить в другую посуду и остудить. В сотейник добавить еще масла и слегка обжарить очищенные и нарезанные мелкими кубиками репчатый лук, морковь, репу, сельдерей, а также лавровый лист и душистый перец горошком; положить к ним томат-пюре, гвоздику, немного стручкового перца, добавить воды и под крышкой тушить все до мягкости.

Тушеные коренья заправить по вкусу солью, сахаром, уксусом и лимонным соком, охладить, положить к ним рубленую зелень петрушки или укроп, рубленый чеснок и все хорошо перемешать. Полученной массой плотно нафаршировать полуготовые ка-

бачки, уложить их в подмасленный сотейник, посыпать солью, залить оставшимся от кореньев соусом, добавить обжаренный томат-пюре, соль и сахар. Кабачки вскипятить и затем тушить в духовом шкафу или на слабом огне плиты до готовности.

Перед подачей на стол кабачки положить на тарелки, на них уложить ломтики свежих помидоров, полить все соусом, посыпать зеленым луком, укропом или зеленью петрушки.

Так же можно приготовить баклажаны.

КАБАЧКИ С БРЫНЗОЙ И ПОМИДОРАМИ

3 мелких кабачка * 500 г помидоров * 1 ст. л. муки * 100 г брынзы * 2 ст. л. сливочного масла * соль.

Кабачки очистить, нарезать кружочками, посолить, обвалять в муке, обжарить, уложив слоями в сотейник, смазанный маслом, чередуя кабачки с помидорами, нарезанными тонкими ломтиками, и кусочками брынзы; все полить растопленным маслом и запечь в духовке.

ОЛАДЬИ ИЗ КАБАЧКОВ

400 г кабачков * 200 г муки * 50 г масла * 2 сырых яйца * соль.

Кабачки очистить от кожицы, освободить от семян, натереть на терке, добавить к ним яйца, соль, муку, все хорошо размешать. Если масса окажется густой, ее можно слегка разбавить молоком. Из полученной массы жарить оладьи на хорошо разогретой сковороде. Оладьи подавать горячими, со сметаной.

КАБАЧКИ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ

500 г кабачков * 1—2 ст. л. сливочного масла * 1 головка репчатого лука * $^3/_4$ стакана бульона * 1 стакан томатного соуса * 50 г шпика * 1 сваренное вкрутую яйцо * 50 г тертого сыра * соль * зелень укропа.

Кабачки очистить, нарезать кубиками и потушить в масле, добавив мелко нарезанный лук и бульон. Затем кабачки заправить томатным соусом, посолить, посыпать рубленым яйцом и тертым сыром. Залить жареным шпиком и запечь в духовке (запекать 10 мин). При подаче кабачки посыпать зеленью укропа.

КАБАЧКИ ПО-ШВЕЙЦАРСКИ

500 г кабачков * 1—2 ст. л. растительного масла * соль.

Кабачки очистить, нарезать очень тонкими кружочками и зажарить в горячем растительном масле (во фритюрнице) до золотистого цвета. Готовые кабачки вынуть шумовкой, посолить и подать к столу горячими.

АРОМАТНЫЕ ЗАКУСКИ ПОД ВОДКУ ИЗ БАКЛАЖАНОВ

БАКЛАЖАНЫ С ЧЕСНОКОМ

500 г баклажанов * 100 г сметаны * 100 г майонеза * 100 г растительного масла * 2 ст. л. муки * 3—4 дольки чеснока * соль * зелень петрушки.

Баклажаны нарезать кружочками, обвалять в муке, обжарить с обеих сторон в масле, положить в глубокую сковороду, слегка посолить, залить сметаной, смешанной с майонезом, запечь в духовке. Готовые баклажаны посыпать тертым чесноком и рубленой зеленью петрушки.

БАКЛАЖАНЫ ПО-ГРУЗИНСКИ

4 баклажанов * 1 головка чеснока * 9 %-ный уксус — по вкусу * 1 стакан ядер грецких орехов * черный молотый перец * соль.

Баклажаны запекают до мягкости и кладут на 40 мин под гнет, чтобы вытек сок с горечью. Ядра орехов и чеснок мелко измельчают, соединяют с пюреобразной баклажановой массой, добавляют соль, уксус, перец.

ШНИЦЕЛЬ ИЗ БАКЛАЖАНОВ

3 баклажана * мука * 3 яйца * соль * 50 г растительного масла * 50 г сухарей.

Баклажаны обмыть, срезать хвостики, нарезать плоды ломтиками вдоль, залить кипятком, через 2 мин воду слить. Каждый ломтик посолить, обвалять в муке, обмакнуть во взбитое яйцо, обвалять в сухарях. Обжарить с обеих сторон на хорошо разогретом растительном масле. Подавать в горячем виде.

БАКЛАЖАНЫ С СЫРОМ

1 кг баклажанов * 50 г муки * 20 г подсолнечного масла * 200 г сыра * 3 зубчика чеснока.
Соус: **2 головки луковицы * 10 помидора * лавровый лист * перец * соль.**

Баклажаны помыть, срезать хвостики и нарезать плоды поперек ломтиками толщиной 2 см, залить кипятком на 2 мин, затем воду слить. Обвалять ломтики в муке и поджарить на подсолнечном масле.

Отдельно приготовить соус: обжарить измельченные луковицы, добавить помидоры, лавровый лист, соль и перец по вкусу, потушить. На дно чугунка налить несколько столовых ложек соуса. По желанию немного добавить толченого чеснока, затем положить несколько ломтиков сыра, а сверху — ряд жареных баклажанов. Еще раз все полить соусом, положить ряд сыра и ряд жареных баклажанов. Все залить оставшимся соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растительным маслом и поставить в духовку.

БАКЛАЖАНЫ ПО-ТУРЕЦКИ

На 1 кг баклажанов: 500 г свежих помидоров * 150 г репчатого лука * 100 г растительного масла * 1—1 $^1/_2$ лимона * 30—40 г зелени петрушки или 10—20 г укропа * 5 г чеснока * соль, молотый перец — по вкусу.

Баклажаны обмыть в холодной воде, срезать с них плодоножку. Мелко нашинкованный репчатый лук залить большим количеством воды (1 л), прокипятить 5 мин и откинуть на сито. Подготовленные баклажаны обжарить со всех сторон на растительном масле и уложить в сотейник. На освободившейся сковороде слегка обжарить подготовленный лук, добавить к нему нарезанные дольками помидоры, пожарить их 5 мин, влить луковый отвар, посолить и прокипятить. Полученным соусом залить баклажаны, прокипятить их и затем тушить 30—40 мин в духовом шкафу или на слабом огне плиты.

Готовые баклажаны охладить, слить с них весь соус и заправить его солью, молотым перцем, соком лимона или лимонной кислотой, добавить рубленую зелень петрушки или укропа и, по желанию — чеснок. Баклажаны залить заправленным соусом и через час подавать на стол.

БАКЛАЖАНЫ ШПИГОВАННЫЕ

2 баклажана * 8 зубчиков чеснока * 2 ст. л. растительного масла * соль * 35 г шпика.

В подготовленных целых плодах баклажанов делают вдоль надрезы и шпигуют их кусочками шпика, предварительно поперчив их, и зубчиками чеснока. Нашпигованные баклажаны кладут на сковороду, поливают растительным маслом, накрывают крышкой и жарят при слабом огне в течение 60 мин, изредка поворачивая и поливая растительным маслом.

Подают шпигованные баклажаны в горячем или горячем виде, разрезанными вдоль на половинки, посолив и полив растительным маслом.

БАКЛАЖАНЫ СОТЕ

1 кг баклажанов * 100 г сладкого перца * 150 г помидоров * 100 г сливочного или растительного масла * соль * зелень петрушки.

Баклажаны освободить от кожицы (у молодых баклажанов кожицу можно не снимать), нарезать кружочками, слегка посолить и обжарить в смеси сливочного и растительного масла. Помидоры мелко нарезать, обжарить, соединить с мелко нарезанным испеченным сладким красным перцем, посолить. На блюдо уложить обжаренные кружочки баклажанов, на каждый кусочек ложкой положить смесь помидоров с перцем. Готовые баклажаны посыпать рубленой зеленью петрушки и подать горячими как самостоятельное блюдо или как гарнир к мясу.

БАКЛАЖАНЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ

1 кг баклажанов * мука * 30 г растительного масла * 8 долек чеснока.
Соус: 2 луковицы * 4 свежих помидора * 3 ст. л. воды * лавровый лист * $^1/_2$ ст. л. сахара * перец, соль —по вкусу.

Баклажаны очистить от кожуры, нарезать ломтиками, ошпарить, дать стечь воде. Посолить ломтики, обвалять в муке и обжарить на растительном масле.

Приготовление соуса: спассеровать мелко нарезанные луковицы; помидоры, очищенные от кожуры (или 1 ст. л. томата-пасты, разбавленного водой), смешать с пассерованным луком, добавить лавровый лист, сахар, перец и соль по вкусу.

Залить ими баклажаны и тушить 4 мин. В конце тушения можно добавить толченого чеснока.

БАКЛАЖАНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ОВОЩАМИ

По 200 г баклажанов и помидоров * 400 г вареного картофеля * 1—2 ст. л. масла или маргарина * 1 головка репчатого лука * 2—3 ст. л. тертого сыра * соль * перец черный молотый * зелень петрушки.

Нарезанные кружочками баклажаны и помидоры смешать с мелко нарезанным луком и потушить с добавлением масла и соли. В форму, смазанную маслом, послойно положить нарезанный отварной картофель и баклажаны с помидорами, овощи поперчить, посыпать тертым сыром, рубленой петрушкой, поставить в духовку и запекать в течение 20—30 мин.

БАКЛАЖАНЫ С МАЙОНЕЗОМ

1 кг баклажанов * 250 г майонеза.

Баклажаны испечь, очистить от кожуры, мякоть изрубить (деревянной ложкой), посолить, добавить майонез и взбить.

БАКЛАЖАНЫ, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ

3 баклажана * 2 ст. л. маргарина * 1 стакан сметаны * 2 ч. л. муки * $^1/_2$ часть ложки зелени укропа * соль.

Ломтики баклажанов опускают в подсоленный кипяток, через 5 мин откидывают на дуршлаг и дают воде стечь. Затем панируют их в муке и обжаривают. После этого баклажаны перекладывают в глубокую посуду, заливают сметаной и тушат 40 мин.

При подаче на стол баклажаны посыпают зеленью укропа.

ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ

4 баклажана * 4 ст. л. растительного масла * 1 ч. л. муки * 4 головки репчатого лука * соль * зелень.

Баклажаны, нарезанные кружками, солят, обваливают в муке и кладут на сковороду с хорошо разогретым жиром, обжаривают с обеих сторон до образования слегка окрашенной корочки.

При подаче баклажаны посыпают обжаренным нарезанным кольцами луком и мелко нарезанной зеленью укропа.

БАКЛАЖАНЫ С ЯЙЦАМИ

6 баклажанов * 7 помидоров * 3 стручка сладкого перца * 30 г растительного масла * 3 яйца * 1 стакан сметаны * мука * соль.

Баклажаны помыть, нарезать на ломтики толщиной 1 см, посолить, дать стечь соку (15 мин). Обвалять в муке, обжарить с двух сторон на хорошо разогретом растительном масле. Помидоры и сладкий перец очищают от стеблей и сердцевины, моют, нарезают ломтиками. В глубокую сковороду с растительным маслом выложить слоями ряд баклажанов, ряд помидоров, ряд перцев. Посолить. Яйца взбить со сметаной. Посолить. Полученной смесью залить овощи. Запекать в духовке 30 мин.

БАКЛАЖАНЫ, ЖАРЕННЫЕ В КЛЯРЕ

4 баклажана * 3 ст. л. муки * $^1/_2$ стакана молока * 1 яйцо * 4 ст. л. растительного масла.

Баклажаны, очищенные от кожицы, нарезают ломтиками. Из тщательно смешанных яиц, муки и молока готовят жидкое тесто. Ломтики баклажанов солят, каждый ломтик накалывают на вилку, смачивают в тесте и жарят в хорошо разогретом жиру.

БАКЛАЖАНЫ С ГРИБАМИ

6 баклажанов * 650 г свежих грибов * 1 стакан сметаны * 2 ст. л. муки * 4 головки репчатого лука * $^{1}/_{2}$ стакана топленого масла * соль.

Баклажаны, нарезанные ломтиками, солят, кладут на них гнет, чтобы вытек сок, затем обваливают в муке и слегка обжаривают в масле. Лук, нарезанный кружочками, обжаривают до золотистого цвета. Грибы моют, крупно нарезают. На дно кастрюли кладут баклажаны, на них — грибы, затем лук и снова чередуют ряды, сверху должны быть баклажаны. Заливают сметаной, смешанной с мукой и солью. Кастрюлю накрывают крышкой и доводят баклажаны в духовке до готовности.

ИКРА ИЗ БАКЛАЖАНОВ

На 1 кг баклажанов: 150—200 г репчатого лука * 200—250 г свежих помидоров или 100 г томата-пюре * 30 г укропа или 50 г зелени петрушки * $^{1}/_{2}$ лимона * 100 г растительного масла * соль и перец —по вкусу * 5 г чеснока.

Баклажаны обмыть, срезать с них плодоножку, уложить на противень или сковороду и запекать в духовом шкафу до мягкости. Затем снять кожицу, мелко нарубить их. В баклажаны положить нашинкованный репчатый лук, нарезанные кубиками свежие помидоры, соль, молотый перец, рубленую зелень петрушки или укроп, растительное масло и соль лимона. Икру хорошо перемешать и подавать на стол.

Икру можно приготовить и иначе: рубленый лук слегка обжарить на масле, добавить к нему томат-пюре, прожарить, затем положить запеченные рубленые баклажаны, проварить все 8—10 мин, охладить и заправить уксусом, солью, молотым перцем и растертым чесноком.

Так же можно приготовить икру из кабачков.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ КАПУСТОЙ И МОРКОВЬЮ

6 баклажанов * 1 $^1/_2$ моркови * 1 перец сладкий * $^1/_2$ кочана капусты * 2 корня сельдерея * 4 головки репчатого лука * 7 зубчиков чеснока * 2 ст. л. растительного масла.

Для соуса: 0,7 л бульона * 4 помидора или 2 ст. л. томата-пюре * 1 ст. л. растительного масла * 1 ч. л. муки, по 1 ч. л. сахара и соли.

У небольших плодов баклажанов удаляют плодоножки с чашечкой, срезают часть мякоти, делают четыре не слишком глубоких продольных разреза и опускают на 10 мин в кипяток. Затем баклажаны вынимают, солят, кладут на 30 мин под гнет, чтобы стекла вода. Лук, нарезанный кольцами, жарят на растительном масле. Овощи и коренья, нарезанные тонкой соломкой, обжаривают. Этими овощами наполняют через надрезы баклажаны, добавив в каждый по 1 дольке чеснока. Затем каждый баклажан завертывают в лист сельдерея, который предварительно обдают кипятком, и кладут в неглубокую посуду.

Заливают томатным соусом, приготовленным из помидоров или томата-пюре с добавлением растительного масла, сахара, муки, черного молотого перца,

соли, тушат при слабом нагреве 30 мин, охлаждают и подают на стол.

ФАРШИРОВАННЫЕ БАКЛАЖАНЫ ПО-ЕГИПЕТСКИ

2 баклажана * 300 г фарша из баранины * 4 помидора * 3 ст. л. тертого сыра * 2—3 дольки чеснока * соль * перец черный молотый * зелень петрушки.

Баклажаны разрезать вдоль, выбрать из середины мякоть, смешать ее с фаршем, мелко нарубленным чесноком, солью и перцем. Полученным фаршем заполнить половинки баклажанов, на каждую половинку положить кружочки помидоров. Баклажаны сложить на сковороду, посыпать тертым сыром и запечь в духовке. При подаче баклажаны посыпать рубленой зеленью петрушки.

БАКЛАЖАНЫ ФАРШИРОВАННЫЕ

Для грибного фарша: 500 г свежих грибов * 2 ст. л. томата-пюре * 3 ст. л. растительного масла * 3 небольшие луковицы.
Для овощного фарша: 1 кг баклажанов * 3 помидора * 1 ст. л. нарезанной зелени сельдерея * 5 морковей * 3 головки репчатого лука * 4 ст. л. растительного масла.

Подготовленные баклажаны опускают на 5 мин в кипящую воду, дают стечь воде и наполняют овощным или грибным фаршем, после этого кладут на сковороду, смазанную жиром, заливают сметаной и запекают в течение 60 мин.

Фарш грибной готовят так. Подготовленные грибы заливают кипятком и варят 10 мин, после чего откидывают на дуршлаг. Вареные грибы мелко наре-

зают, обжаривают в масле, добавляют томат-пюре и проваривают. Грибной фарш тщательно смешивают с мелко рубленным поджаренным луком, солят.

Приготовление овощного фарша: очищенные промытые овощи нарезают соломкой и обжаривают на масле, добавляют нарезанные дольками помидоры и обжаривают, солят и добавляют нарезанную зелень.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРИБАМИ

1 кг баклажанов * 1 головка репчатого лука * 100 г растительного масла * 200 г свежих грибов * 1 яйцо * 300 г сметаны * соль.

Баклажаны разрезать вдоль на 2 части, выбрать из середины часть мякоти, половинки обжарить во фритюре. Лук мелко нарезать, спассеровать на масле, соединить с мелко нарубленными отварными грибами, мякотью баклажанов и сырым яйцом, все перемешать, посолить, полученным фаршем заполнить половинки баклажанов, уложить их на противень, смазанный жиром, и запечь в духовке. К готовому блюду подать сметану или сметанный соус.

БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ СЫРОМ

6 баклажанов * 3 яйца * 200 г сыра * 5 ст. л. топленого масла.

Баклажаны подготавливают для фарширования разрезают пополам, опускают на 7 мин в кипящую воду, затем откидывают на дуршлаг.

Сваренные яйца рубят, смешивают с натертым сыром, добавляют растопленное масло, все тщательно перемешивают. Подготовленным фаршем наполня-

ют баклажаны, кладут на противень, сбрызгивают маслом и запекают в духовке.

БАКЛАЖАНЫ, ТУШЕННЫЕ С ОВОЩАМИ

3 баклажана * 4 помидора * 3 луковицы * 5 картофелин * 4 стручка сладкого перца * 8 перьев *зеленого лука* * 1/2 *ч. л. укропа* * 5 ст. л. сливочного масла.

Баклажаны, нарезанные кубиками, посыпают солью, через 15 мин отжимают сок, затем их выкладывают на сковороду с разогретым маслом, добавляют картофель, нарезанный кубиками, и жарят до полуготовности. Затем добавляют мелко нарезанный сладкий перец и обжаренный лук. После непродолжительного обжаривания подлить немного воды и тушить до готовности. При подаче овощи поливают растопленным сливочным маслом и посыпают зеленью.

ХОЛОДНЫЕ МЯСНЫЕ ЗАКУСКИ

Холодные мясные блюда готовят из свинины, телятины, говядины, баранины и из мяса домашней птицы. Мясо варят, тушат или жарят. В холодном виде подают также различные горячие мясные блюда, например, жаркое, шницель, различные кушанья из мясного фарша. Наиболее полюбившимися холодными блюдами являются различные мясные рулеты, фаршированная и копченая птица, маринованное жаркое, мясо в желе.

Холодные мясные блюда подают с холодными соусами, салатами, желе из фруктово-ягодных соков.

Для холодных закусок употребляют гастрономические продукты — ветчину, рулеты, карбонады из копченой свинины, твердокопченую колбасу.

Вареные колбасы, сосиски, сардельки также можно употреблять для приготовления холодных закусок. Из них готовят паштеты, соленые кремы. Сосиски нарезают кусочками, обмакивают их в растопленный маргарин или сливочное масло, панируют на тертом сыре и обжаривают в духовке.

На сардельках делают прорези чуть дальше середины, делят их на 3—4 кусочка, обмазывают горчицей и обжаривают в жиру на сильном огне. В места прорезей закладывают кружочки редиса, ломтики огурца, вареной моркови или брюквы.

ОТВАРНАЯ МАРИНОВАННАЯ ГОВЯДИНА

1 кг мякоти говядины (шея или окорок).
Для маринада: **2 ст. л. соли * 1 ч. л. сахара, * 1 ч. л. селитры, ароматические коренья * перец * лавровый лист.**

Мясо вымыть, обсушить, натереть смесью соли, сахара и селитры, замариновать, придавить грузом, оставить на холоде на 7 дней. Затем варить в кипящей воде до готовности. В конце варки добавить измельченные коренья, перец, лавровый лист (варить в небольшом количестве воды).

Остывшее мясо нарезать тонкими ломтиками, украсить зеленым горошком или помидорами, фаршированным зеленым горошком.

РОСТБИФ

1 $^1/_5$ кг говяжьего филе (толстый и тонкие куски) * 50 г жира * 1 стакан бульона * соль * перец * сахар.

Филе вымыть, обсушить, натереть солью, перцем, сахаром и положить на 2 ч в холодное место. Растопить на сковороде жир и обжарить в нем мясо до коричневого цвета, подлить горячий бульон и жарить в духовке до готовности, время от времени поливая этим же бульоном.

Остывший ростбиф нарезать ломтиками, выложить на блюдо для жаркого, украсить натертым хреном, веерочками из маринованных огурцов, желе из бульона.

РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОМЛЕТОМ

800 г мякоти говядины (толщина 1 см) * 200 г свиного фарша * 1 ломтик белого хлеба * 1 яйцо * соль * перец * сахар * горчица. *Для омлета:* 2 яйца * 1 ст. л. молока * 1 ч. л. пшеничной муки * соль * маргарин.

Мясо отбить, посолить и поперчить, немного посыпать сахаром, обмазать горчицей, а затем свиным фаршем; положить сверху готовый омлет, скатать в рулет, сшить, туго перевязать, положить в горячую воду, к которой добавлены коренья и специи, и тушить до готовности. Потом обжарить до появления коричневой корочки и положить сверху груз. Через 6 часов снять бечевку и нитки.

Приготовление начинки: к фаршу добавить размоченный в молоке хлеб, яйцо, соль, перец и массу основательно вымешать. Для омлета яйцо взбить, добавить муку, молоко, соль и все перемешать. Маргарин растопить на сковороде, вылить туда смесь и жарить в закрытой сковороде до готовности.

МАРИНОВАННОЕ ЖАРКОЕ

1 кг мякоти говядины.
Для маринада: 2 ст. л. воды * $^1/_2$ стакана 9 %-ного уксуса * $^1/_2$ стакана сухого белого вина * 2 луковицы * перец * соль * сахар * 1 лавровый лист * 1 ст. л. тмина * 3 бутона гвоздики.

Лук нарезать кружочками и варить 5 мин вместе с тмином, солью, сахаром и лавровым листом, затем подлить уксус и вино, вскипятить, остывшей жидкостью залить мясо и в холодном месте мариновать

7 дней. Потом мясо вынуть из маринада (при желании можно нашпиговать), обмазать оливковым или сливочным маслом и жарить в духовке до готовности, добавляя маринад и воду.

Жаркое остудить, нарезать ломтиками, обмазать их заливным.

Также можно мариновать баранину (бедро без костей). Ее держат в маринаде 3—4 дня, перед жарением шпигуют чесноком (дольки чеснока разрезают на более мелкие длинные дольки).

РУЛЕТ ИЗ ГОВЯДИНЫ СО ШПИКОМ И МОРКОВЬЮ

Ломоть мяса толщиной 1—1 1/2 см (около 2 кг).
Для начинки: 200 г отварной моркови * 200 г шпика * 100 г килек * 1 яйцо * 1 ст. л. сметаны * 1 луковица * перец * 1 ст. л. соли * ароматические коренья.

Шпик нарезать кусочками, лук нарубить, немного обжарить, остудить, пропустить через мясорубку с килькой, добавить яйцо, соль, перец, замешать в полученную массу нарезанную кубиками морковь. Мясо отбить с одной стороны, посолить, поперчить, обмазать начинкой, свернуть рулетом, залить в марлю и варить в воде, к которой добавлены коренья и специи, до готовности. Немного остудить и придавить грузом. Затем с остывшего рулета снять марлю, нарезать его ломтиками и разложить на блюде для жаркого. Украсить овощами.

ОТВАРНОЙ МАРИНОВАННЫЙ ГОВЯЖИЙ ЯЗЫК

$1\ ^1/_2$ кг говяжьего языка.
Для маринада: 1 ст. л. соли (с верхом) * 1 ч. л. сахара * 1 ч. л. селитры * ароматические коренья * перец * лавровый лист.

Язык вымыть, поскоблить, натереть смесью соли, сахара и селитры. Мариновать в холодном месте, положив сверху груз, 10—12 дней, время от времени переворачивая. Варить в течение 3—4 ч. В конце варки добавить коренья, перец, лавровый лист. Сваренный язык положить в холодную воду, а затем очистить от кожи.

Подавать нарезанным косыми тонкими ломтиками. Украсить зеленым горошком.

РУЛЕТ ИЗ СВИНИНЫ С ГОВЯЖЬИМ ФИЛЕ

600 г свиного бока * 300 г маринованного говяжьего филе * перец * соль * натертый мускатный орех * ароматические коренья.

Свинину (около 2 см толщиной) отбить, натереть солью, перцем и мускатным орехом, положить сверху маринованное говяжье филе. Свернуть свинину рулетом, перевязать бечевкой и варить в подсоленной воде с ароматическими кореньями около $1\ ^1/_2$ ч. На немного остывший рулет положить груз на 6 ч.

ЖАРКОЕ ИЗ СВИНОЙ ШЕИ

1 кг мяса * 300 г чернослива * соль * перец * горчица * сахар * чеснок * ароматические коренья * вода.

Натереть мясо горчицей, солью, перцем, сахаром, чесноком, завернуть в фольгу и на 2 ч поместить на холод. Затем положить в разогретую духовку и жарить, добавив коренья и горячую воду, через 30 мин добавить чернослив. Через каждые 10 мин поливать мясо жидкостью, в которой она жарится. Готовое жаркое придавить грузом.

Остывшее жаркое нарезать ломтиками, украсить черносливом, листьями лука-порея.

ЖАРЕНЫЕ КУБИКИ ИЗ МАРИНОВАННОЙ СВИНИНЫ

600 г нежирной свинины.
Для маринада: 1 стакан 5 %-ного уксуса * 1 стакан воды * 2 луковицы * 1 ч. л. соли * перец * 1 лавровый лист * $^1/_2$ ч. л. сахара.

Мясо нарезать кубиками, залить холодным маринадом и дать постоять 2—3 дня. Затем кусочки мяса обсушить и обжарить в разогретом жире до появления коричневой корочки. Остывшие кубики подавать с маринованными фруктами. Употребляются как закуска к пиву.

Приготовление маринада: луковицы нарезать, добавить перец, лавровый лист, залить все водой, вскипятить, подлить уксус, добавить сахар и остудить.

РУЛЕТ ИЗ СВИНИНЫ С СОСИСКАМИ

800 кг бекона * средняя головка чеснока * 1 яйцо * соль * перец.
Для начинки: 300 г говядины * 1 ломтик белого хлеба * $^1/_3$ стакана молока * 1 яйцо * 4 сосиски или 3 охотничьих колбаски * луковица * 3 дольки чеснока * соль * перец.

Свинину отбить, натереть солью, перцем, толченым чесноком, скатать в рулет, положить на час в холодное место. Затем мясо раскатать, обмазать взбитым яйцом, положить сверху начинку, вдавить в нее сосиски, которые предварительно обмакнуть во взбитое яйцо, или охотничьи колбаски (можно употребить и нарезанную полосками постную копченую грудинку), снова туго скатать в рулет, завернуть в сложенную вдвое марлю, крепко перевязать бечевкой. Варить в воде с ароматическими кореньями, в закрытом котле 1 $^1/_2$ ч. Готовый и остывший рулет поместить под какой-либо груз.

Через 6 часов снять бечевку и марлю, нарезать рулет ломтиками, выложить их в блюдо для жаркого.

Украсить овощами и зеленью.

Приготовление начинки: говядину дважды пропустить через мясорубку, второй раз — с размоченным в молоке хлебом. К фаршу добавить измельченный лук, толченый чеснок, яйцо, молоко, соль, перец, и массу как следует вымешать.

КРОКЕТЫ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ

3 одинаковых ломтика телятины (примерно по 120 г каждый) * 3 крупных яйца * 1 вареная морковь * 50 г свежего или копченого шпика * $^1/_2$ маринованного огурца * соль * перец * жир.

Ломтики мяса отбить только с одной стороны, посолить и поперчить (при желании можно обмазать горчицей или хреном в уксусе), разложить вперемешку с нарезанным полосками шпиком, морковью и огурцом, сверху положить по яйцу, скатать в рулетики, зашить белой ниткой, а затем еще перевязать. Крокеты обжарить в жиру до коричневого цвета, подлить воды, добавить специи и жарить в духовке 30—40 мин. Остывшие крокеты поместить под груз.

Через 6 часов снять нитки, нарезать крокеты ломтиками, выложить их в тарелки и украсить зеленью.

Если крокеты готовить из говядины, то их после обжаривания кладут в котелок с водой и специями и тушат до мягкости.

Крокеты можно приготовить из постной свинины, мяса дичи, а также из филе крольчатины и мяса птицы.

РУЛЕТ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ, НАЧИНЕННЫЙ ЯЙЦАМИ

Телячий бок * 3—4 яйца * 2 ст. л. сливочного масла * соль * черный и красный перец * сахарная пудра * 2 ст. л. сметаны.

Бок промыть, острым ножом сделать прорези вдоль ребер, удалить их, мясо отбить, натереть солью и перцем, поставить на холод на $^1/_2$ ч. Обмазать мясо маслом, в середину положить сваренные вкрутую

яйца, туго скатать мясо в рулет, зашить, перевязать бечевкой. Жарить в духовке, время от времени поливая водой. Во время жаренья обмазать сметаной, несколько раз перевернуть, посолить, посыпать красным перцем и сахарной пудрой. Готовый рулет немного остудить и оставить под каким-либо грузом на 6 часов. Затем снять бечевку и удалить нитки, рулет разрезать ломтиками и разложить в плоские тарелки.

В середину положить горку редиса, зелень сельдерея или шарики из свежего огурца, веерочки из редиса. Зимой украсить горкой зеленого горошка, зеленью сельдерея. Рулет можно обмазать горчицей или хреном в уксусе.

РУЛЕТ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ, НАЧИНЕННЫЙ МАРИНОВАННЫМ ЯЗЫКОМ

Телячий бок * 350 г маринованного говяжьего языка * 200 г копченого шпика * 3 дольки чеснока * соль * перец.
Для варки: ароматические коренья * соль * перец * вода.

У бока теленка вырезать ребра, мясо слегка отбить, посолить и поперчить, намазать тонким слоем смолотого шпика с толченым чесноком, в середину положить вареный маринованный язык, мясо скатать в рулет, завернуть в пергаментную бумагу и обвязать бечевкой. Варить $^1/_2$ ч в воде с ароматическими кореньями и специями. Дать немного остыть, придавить рулет каким-либо грузом и поместить на холод. Через 6 часов снять бечевку, рулет нарезать ломтиками и выложить в блюдо для жаркого.

Украсить консервированными огурцами, вареной морковью, зеленью.

КУРИЦА, ЗАПЕЧЕННАЯ В БУМАЖНОМ КУЛЬКЕ

Курица (около 1 кг), 1 ч. л. соли * 1 ч. л. горчицы * толченый чеснок * сахарная пудра.

Курицу натереть солью, чесноком, обмазать горчицей, обсыпать сахарной пудрой и поместить в бумажный кулек, зашить его. Смочить кулек холодной водой и положить его вместе с содержимым в духовку на 50 мин, время от времени обрызгивая холодной водой. Зажаренную курицу нарезать кусочками, разложить их на плоской тарелке вместе с маринованными фруктами.

В бумажном кульке можно жарить и курицу, фаршированную укропом.

Курицу натереть солью, обильно начинить укропом, обмазать сливочным маслом. Кулек смазать растительным маслом, поместить туда курицу, кулек зашить и печь в духовке 50 мин.

КОПЧЕНАЯ КУРИЦА

Курица.
Для маринада: 100 г чеснока * 1/2 ч. л. молотого черного перца * 1/2 ч. л. молотого душистого перца * лимонная кислота * 1 ч. л. с верхом соли * 1/2 ч. л. сахара * 2—3 можжевеловые ягоды (летом курицу можно обмазать еще и горчицей).

Для копчения надо подобрать молодую, мясистую курицу. Грудку разрезать, натереть обе стороны смесью соли со специями, положить в посуду с маринадом, придавить каким-либо грузом и мариновать 2 дня. Для копчения нужны ольховые ветки.

Перед подачей к столу у копченой курицы надо вырезать позвоночник и обрезать концы крылышек (их на стол не подают). Курицу разрезать на куски, подать с маринованными фруктами, ломтиками апельсина, желе из яблок или других фруктов.

Так же можно приготовить копченого гуся или копченую утку. Перед копчением гуся желательно очистить от костей, мариновать, как сказано в предыдущем рецепте.

ФАРШИРОВАННАЯ КУРИЦА

Курица * 200 г телятины или нежирной свинины * 2 яйца * 2 ломтика белого хлеба (без корки) * 3—4 стакана молока * 2 ст. л. сливочного масла * соль * перец * мускатный орех.

Курицу выпотрошить, промыть, вдоль спины осторожно сделать надрез кожи, не повреждая ее, черенком ножа отделить кожу от мяса, оставив ее на крылышках. Мясо срезать с костей и вместе с телятиной или постной свининой пропустить два раза через мясорубку. Второй раз смолоть вместе с размоченным в молоке и отжатым белым хлебом. К фаршу добавить растопленное масло (можно взять и $^{1}/_{2}$ стакана сливок), яйца, соль, перец, натертый мускатный орех, можно добавить и одну дольку толченого чеснока. Массу как следует взбить. Кожу сшить, оставив незашитые отверстия у крылышек, чтобы через эти отверстия можно было начинить курицу фаршем. Затем не слишком туго нафаршировать, отверстие зашить. Из оставшейся массы сделать фрикадельки.

Фаршированную курицу и фрикадельки положить в сваренный из костей с ароматическими кореньями бульон и варить на слабом огне примерно 2 ч.

У остывшей курицы снять нитки, тушку разрезать пополам, срезом положить на доску, нарезать ломтиками и выложить их в плоскую посуду.

Украсить печеными яблоками и брусничным вареньем или яблоками, начиненными брусничным салатом и «Рижской соломкой».

УТКА, ФАРШИРОВАННАЯ ЧЕРНОСЛИВОМ И МОРКОВЬЮ

Утка * 2 яйца * 2 ломтика белого хлеба * $^1/_2$ стакана молока * 100 г сливочного масла * 2 вареные моркови * 200 г чернослива * соль * перец.

Утку перед начинкой подготавливают так же, как и курицу. К пропущенной через мясорубку массе добавить вымоченный чернослив (без косточек), нарезанную кубиками морковь, начинить фаршем кожу и зашить ее. Утку положить на сковороду, добавить воду и соль, поместить в духовку и жарить полтора часа, поливая время от времени жидкостью, в которой жарится утка, несколько раз при этом обмазать ее сметаной, посыпать сахарной пудрой. В конце жарения утку залить $^1/_2$ стакана вина (можно использовать вино домашнего приготовления).

Жареную холодную утку освободить от ниток, нарезать ломтиками, выложить на плоскую тарелку. Украсить вымоченным черносливом, фунтиками из моркови. Перед подачей утку, а также чернослив и морковь можно покрыть желе из сухого белого вина.

ЖАРКОЕ ИЗ ГУСЯ С ЯБЛОКАМИ

Гусь (примерно 3 кг) * 12—15 яблок * 200 г чернослива * 50 г сливочного масла * соль * 1 ст. л. сахара.

Выпотрошенного, опаленного, промытого гуся натереть солью, начинить нарезанными на части яблоками, посыпанными сахаром. Гуся зашить, положить на противень грудкой кверху, в духовке обжарить до коричневого цвета, подлить горячую воду.

Вокруг разложить яблоки и вымоченный чернослив (без косточек), несколько яблок разрезать пополам и положить на жаркое. Когда яблоки будут готовы, переложить их на тарелку. Запекая яблоки, надо следить, чтобы они не развалились. Гуся нужно часто поливать, чтобы он не пригорел (молодой гусь жарится 1 $^1/_2$ ч, более старый — 2—3 ч). Гуся можно покрыть фольгой, которую в конце жарения можно снять. Готовое жаркое остудить, убрать нитки. Вынуть яблоки, жаркое разрезать вдоль пополам, отделив спинную часть от грудной, половинки снова разрезать вдоль. Каждую часть нарезать аккуратными (шириной 4 см) кусочками.

После того как жаркое разрезано, разложить его в блюде для жаркого грудной частью кверху, вокруг выложить печеные яблочки.

Таким образом можно приготовить жаркое из утки или индюка.

ЗАЛИВНОЕ

ЗАЛИВНОЕ ИЗ ТЕЛЯЧЬЕЙ ГОЛОВЫ ИЛИ НОГ

Телячья голова или 2 ноги разрубленные * 1 корень петрушки * 4 моркови * 2 луковицы * кусочек корня сельдерея * 2 лавровых листа * 5 горошин душистого перца * соль * 1/2 ч. л. растопленного сахара * 100 г поджаренного мяса.

Очищенную телячью голову разрубить пополам, удалить мозги, промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой, чтобы она полностью покрывала обе половины головы, довести до кипения и снять пену. Если заливное варить из ног, то их надо сначала очистить, ошпарить кипятком и разрубить.

После того как снята пена, добавить 1 корень петрушки, 2 моркови, 2 луковицы, корень сельдерея. Варить на слабом огне 4 ч в открытой кастрюле. В конце варки добавить 2 лавровых листа, 5 горошин душистого перца и соль. Процедить. Мясо отделить от костей и употребить на приготовление различной еды. Бульон осветлить взбитым белком. 1/2 ч. л. растопленного сахара сделают бульон золотистым. К нему можно добавить лимонный сок или сухое белое вино. Бульон становится золотистым и приобретает

лучший вкус, если за час до окончания варки в него положить небольшой кусочек мяса, поджаренного до коричневого цвета и подрумяненную без жира, нарезанную ломтиками морковь.

ГОВЯДИНА В ЖЕЛЕ

200 г филе тушеной говядины * 1 отварная морковь * 1 ст. л. маринованного мелко нарубленного репчатого лука * зелень петрушки * 1 1/2 стакана бульона * 15 г желатина.

Филе нарезать ломтиками. В формочки влить немного бульона, в котором растворен желатин, и дать застыть. На желе выложить небольшой горкой измельченный лук, переложить кусочками моркови, нарезанными фигурным овощным ножом, между ними положить зелень петрушки, налить немного бульона и дать ему застыть. Затем положить ломтики мяса (2 или 3), залить бульоном, дать ему застыть, затем опрокинуть формочки на тарелочки, выложить их содержимое, украсить листьями салата.

Так же можно приготовить куриное или кроличье мясо в желе, только вместо лука взять зеленый горошек.

СВИНИНА В ЖЕЛЕ ИЗ ТОМАТНОГО СОКА

500 г отварной постной свинины * 1 1/2 стакана томатного сока * 15 г желатина * соль * перец.

Для украшения: белок сваренного вкрутую яйца * зелень.

К подогретому томатному соку по вкусу добавить соль и перец, растворить в соке разбухший желатин.

Жидкость тонким слоем влить в тарелки и дать застыть. Верх переложить нарезанными ломтиками свинины, на каждый из которых положить ромбик из белка. Когда жидкость начнет застывать, залить ею свинину.

Украсить зеленью петрушки.

ВЕТЧИНА В ЖЕЛЕ ИЗ ВИНА

4—6 тонких постных ломтиков паровой ветчины * 4 корнишона * 8 вареных шампиньонов или боровиков * 1 стакан бульона * 1 стакан сухого белого вина * 20 г желатина.

Вино с бульоном вскипятить и растопить в этой смеси разбухший желатин. Ломтики ветчины скатать в фунтики, вложить в них веерочки из огурца и разместить на круглой тарелке (расходящимися лучами, тонким концом фунтика к центру). Между фунтиками разместить половинки грибов, в середину — целый гриб. Когда бульон начнет застывать, залить им продукты.

РЫБНЫЕ ФРИКАДЕЛЬКИ В ЖЕЛЕ

500 г филе свежей трески * судака или щуки * 1 ломтик белого хлеба * 2 яйца * луковица * $^1/_2$ стакана сливок * 50 г сливочного масла * молотый черный перец * натертый мускатный орех * соль * 2 стакана рыбного бульона * 1 отварная морковь * зеленый горошек * зелень * 2 ч. л. желатина * лимонная кислота.

Филе рыбы без кожи пропустить через мясорубку дважды, второй раз вместе с измельченным, об-

жаренным в масле луком и размоченным в молоке хлебом. К фаршу добавить яйца, перец, соль, мускатный орех, сливки, хорошо взбить и сделать фрикадельки. Варить в воде с ароматическими кореньями до готовности. Во время варки дважды подлить холодную воду. Варить в открытой кастрюле на слабом огне. Для желе можно использовать рыбный бульон, в котором варились фрикадельки, если он прозрачный. К бульону добавить лимонную кислоту и растворить в нем разбухший желатин.

В промытые холодной водой формочки влить бульон на 0,5 см, дать ему застыть, сверху положить нарезанную морковь, зеленый горошек, фрикадельки (4—5 штук в каждую формочку), залить бульоном и дать застыть в прохладном месте.

Перед подачей выложить в тарелки, украсить зеленью и лимоном.

Рыбные фрикадельки можно загустить в желе вместе с вареными креветками.

СЕЛЬДЬ В ЖЕЛЕ

3 сельди * 2 крупных вареных яйца * 1 отварная морковь * 1 луковица * 1 стакан бульона * $^1/_2$ стакана 3 %-го уксуса * 1 ст. л. желатина * зелень * сахар * соль.

Филе сельди скатать рулетиками и выложить в середину глубокой посуды. С обеих сторон рулетиков разложить дольки яиц. Рулетики переложить колечками лука, облитыми горячим уксусом. В трех-четырех местах между дольками яиц положить фунтики из моркови, широкие концы которых перед этим обмакнуть в свекольный сок (образуется алая каемка). Бульон сварить вместе с уксусом, добавить соль, сахар и разбухший желатин. Когда жидкость начнет за-

стывать, залить ею сельдь. Подавая к столу, украсить зеленью петрушки и зеленым луком.

Каждый рулетик можно загустить в желе отдельно в формочках.

ОТВАРНОЙ ЯЗЫК В ЖЕЛЕ

6 ломтиков отварного говяжьего языка * 1 вареная морковь * консервированный огурец * 2 крупных сваренных вкрутую яйца * консервированный стручок красного перца * 2 стакана бульона * 20 г желатина * соль * перец * уксус.

Разбухший желатин растворить в горячем прозрачном бульоне, по вкусу добавить соль, перец и уксус. В одну большую или в две большие овальные тарелки влить немного бульона, дать застыть. Сверху в один ряд положить ломтики языка, переложить их очень тонко нарезанными колечками стручкового перца и веерочками из огурца. По краям вперемешку разложить кружочки яйца и вырезанные из моркови листочки. Когда бульон начнет застывать, залить им язык и украшение.

СОСИСКИ И ЯЙЦА В ЖЕЛЕ ИЗ МАРИНАДА

5 вареных сосисок * 2 крупных сваренных вкрутую яйца * 1 стручок сладкого красного перца * 1 консервированный огурец * 2 стакана маринада из-под консервированных огурцов * 20 г желатина.

Разбухший желатин растопить в подогретом маринаде, процедить, вылить тонким слоем в формочки и дать застыть. На слой желе выложить колечки или полоски перца, переложить их кружочками яйца,

ломтиками сосисок, веерочками из огурцов, залить остывшим маринадом и дать застыть.

Стручок перца, перед тем как нарезать, ошпарить кипятком.

МЯСНЫЕ ФРИКАДЕЛЬКИ В ЖЕЛЕ

20 фрикаделек * 1 отварная морковь * консервированный горошек * 2 стакана бульона * 20 г желатина.

Мясные фрикадельки жарить в большом количестве жира до коричневого цвета. Остывшие фрикадельки положить в формочки вместе с консервированным горошком, шариками из отварной моркови, залить бульоном и дать застыть.

Желе выложить на большую тарелку, выстланную листьями салата, и украсить редисом.

МЯСО ДИЧИ В ЖЕЛЕ

200 г маринованного жареного мяса дичи (нарезанного кубиками) * 100 г фруктов и ягод (виноград * красная смородина * арония * алыча и др.).
Для желе: по $^1/_2$ стакана апельсинового или виноградного сока, сухого белого вина и воды * 1 ст. л. желатина.

Сок вместе с вином и водой подогреть, добавить разбухший желатин. Разложить в тарелку кубики мяса и ягоды и залить их начавшей застывать жидкостью.

ОВОЩИ В ЖЕЛЕ

По 250 г цветной капусты и моркови * по 250 г консервированного зеленого горошка и кореньев сельдерея * 2 стакана бульона * 20 г желатина * 1 ст. л. лимонного сока или лимонной кислоты * соль * зелень.

Цветную капусту отварить в подсоленной воде до готовности и разделить на соцветия. Морковь варить до полумягкости и вырезать спирали. Отваренный сельдерей нарезать кубиками (величиной с горошек). К бульону добавить лимонный сок, разбухший желатин. Концы спирали из моркови соединить, положить в формочки на желе, начинить горошком, сельдереем, цветной капустой и измельченной морковью (остатками от спирали).

Залить все холодным бульоном и в прохладном месте дать застыть.

Перед подачей к столу выложить, опрокинув формочки на плоскую тарелку, и украсить зеленью.

Овощи можно загустить в желе вместе с кружочками сваренного вкрутую яйца, помидорами, ломтиками свежего огурца.

УТКА ПО-КУПЕЧЕСКИ

1 утка * 2 ст. л. коньяка * 20 г сливочного масла * луковица * соль * перец.

Утку опалить, промыть, выпотрошить, натереть солью и перцем и оставить на час. Печень и сердце утки мелко нарезать, добавить ломтики репчатого лука, соль, перец, сливочное масло, коньяк и тщательно перемешать. Подготовленным фаршем напол-

нить утку, зашить брюшко, положить спинкой вниз на противень, смазанный жиром, подлить воды и поставить в духовку. Через каждые 10 мин поливать утку вытопившимся соком и жиром. Подать к столу на подогретом блюде, полив соком и посыпав зеленью.

УТКА С ЧЕРНОСЛИВОМ

1 утка * 4 зубчика чеснока * $^1/_2$ стакана майонеза * 4 крупные картофелины * чернослив * соль.

Выпотрошенную и промытую тушку утки натереть солью. Чеснок нарезать ломтиками и нашпиговать ими тушку птицы. Чернослив отварить в кипящей воде. Картофель нарезать тонкой соломкой. Нафаршировать утку картофелем и черносливом, зашить ниткой брюшко и обмазать тушку майонезом. На смазанный маслом противень уложить утку и жарить в горячей духовке до образования румяной корочки.

УТКА ПО-КРЕСТЬЯНСКИ

1 крупная утка * 1 луковица * 4 ст. л. оливкового масла * лавровый лист * $^1/_2$ стакана сухого красного вина * 3 ст. л. сметаны * 2 зубчика чеснока * 150 г сушеных белых грибов * 2 ст. л. меда * 1 ч. л. соевого соуса * 20 г жареного арахиса * 1 ч. л. сладкого красного перца * 1 ч. л. виноградного уксуса * соль.

Подготовленную утку нарезать кусками, посолить, посыпать красным перцем и оставить на 20 мин. Разогреть в сковороде оливковое масло, обжарить на нем утку, затем, вынув куски утки, обжарить лук и

чеснок. В сковороду с луком и чесноком влить красное вино, сметану, уксус, добавить сушеные грибы и тушить 20 мин. Затем положить куски утки и продолжать тушить до готовности. Готовую утку уложить на блюдо, а в соус, полученный при тушении, добавить мед, сладкий перец, соевый соус и проварить все 15 мин. При подаче полить утку соусом и посыпать арахисом.

УТКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ

2 утки * 1 луковица * 1 морковь * 3 соцветия цветной капусты * 150 г масла * зеленый горошек * молотые сухари * соль * перец.

Обработанных уток отварить в подсоленной воде, остудить, отделить мясо от костей и мелко нарезать. Репчатый лук нарезать тонкой соломкой, цветную капусту и морковь натереть на крупной терке. Зеленый горошек припустить в небольшом количестве бульона или воды.

Сотейник смазать маслом, посыпать сухарями, положить утиное мясо, затем — слой овощей и опять слой мяса, залить бульоном и запечь в духовке до полной готовности.

ЗАЛИВНОЙ ЦЫПЛЕНОК

1 цыпленок * 3 стакана бульона * 1 лимон * 15 г желатина * 1 яйцо * 1 корень петрушки * 1 морковь * 1 корень пастернака * перец горошком, соль — по вкусу.

Тушку цыпленка отварить в подсоленной воде вместе с кореньями и зернами черного перца. Удалить

кости, а мякоть нарезать тонкими кусочками. В три стакана бульона добавить сок одного лимона, нагреть и растворить заранее замоченный в холодной воде желатин.

Глубокое блюдо сполоснуть водой, разложить кусочки курятины, залить бульоном, украсить ломтиками лимона, дольками вареных яиц, веточками петрушки. Поставить в холодное место и дать застыть. Перед подачей на стол опустить сосуд в горячую воду и опрокинуть содержимое на блюдо подобной формы. Окружить мелко нарезанной зеленью петрушки.

ЗАЛИВНОЕ «СКАЗКА»

1 кг курицы * 70 г жира * 3 стручка красного маринованного перца * 1 луковица * 2 соленых огурца * 2 стакана готового желе * зелень * соль.

Подготовленную курицу нарезать небольшими кусками, посолить, посыпать перцем и поджарить. Охлажденные куски курицы украсить дольками соленых огурцов, колечками репчатого лука, маринованным перцем и маслинами. Затем залить все желе и поставить в холодное место для застывания. При подаче на стол украсить блюдо зеленью петрушки.

ЗАЛИВНОЕ «ОБЕД ГУРМАНА»

1 курица * 300 г свиного филе * 20 г сливок * 2 яйца * 30 г коньяка * немного молотого мускатного ореха * черный молотый перец, соль — по вкусу.

С подготовленной тушки курицы осторожно снять кожу, посолить, поперчить, сбрызнуть коньяком и

оставить на 40 мин. Мясо курицы отделить от костей, пропустить его через мясорубку вместе с свиным мясом, а из костей и потрохов сварить бульон. В полученный фарш добавить сливки, яйца, коньяк, соль, перец, молотый мускатный орех и перемешать.

Наполнить кожу курицы приготовленным фаршем, зашить края кожи ниткой, завернуть птицу в салфетку, опустить в бульон и варить на слабом огне около часа. Готовую курицу остудить, не вынимая из бульона. Затем курицу вынуть, дать стечь жидкости и положить под пресс. При подаче к столу курицу нарезать тонкими ломтиками.

ЗАЛИВНОЕ ИЗ УТКИ

1 утка * 300 г зелени * $^1/_4$ л сухого белого вина * 1 луковица * 14 г желатина * 2 ст. л. винного уксуса * 1 лавровый лист * 1 гвоздика * 1 долька чеснока * 3 ст. л. растительного масла * соль * белый перец.

Утку помыть, обсушить, срезать грудку и окорочка. Остальные части измельчить. Белое вино смешать с водой, посолить, довести до кипения, положить косточки и части утки, варить на слабом огне 1 час. Затем положить в бульон чеснок, лук, лавровый лист, зелень, гвоздику и варить еще час.

Грудку и окорочка обжарить на разогретом растительном масле, затем остудить, удалить кости и нарезать мясо крупными кусками. Готовый бульон процедить, приправить уксусом и растворить в нем набухший желатин. Залить в форму желе, остудить, положить мясо и снова залить желе. Дать застыть.

ЗАЛИВНОЕ ИЗ ДИЧИ

300 г маринованного жареного мяса дичи * 100 г ягод винограда и красной смородины * $^2/_3$ стакана апельсинового или виноградного сока * $^1/_4$ стакана сухого белого вина * $^1/_4$ стакана воды * 1 ст. л. желатина.

Подогреть сок вместе с вином и водой, добавить разбухший желатин. Мясо дичи нарезать кубиками, разложить в тарталетки, украсить ягодами и залить начавшей застывать жидкостью.

ЗАЛИВНОЙ ЯЗЫК

1 язык (около 1 кг) * 20 г желатина * 3 стакана бульона * 1 корень петрушки * 1 головка лука * соль.

Сварить язык в подсоленной воде с добавлением корня петрушки и репчатого лука. Затем опустить язык в холодную воду, снять с него кожу, нарезать тонкими кусочками, положить их на блюдо и украсить ломтиками сваренного вкрутую яйца, свежего огурца, листиками зелени петрушки. Желе приготовить на бульоне, полученном при варке языка, залить им подготовленные продукты и поставить на холод для застывания.

ЗАЛИВНОЕ «ПАЛЬЧИКИ ОБЛИЖЕШЬ»

300 г постной свиной грудинки * 1 яйцо * 30 г сливочного масла * 50 г майонеза * 80 г желе * свежий огурец * зелень * соль * перец.

Отделить мясо от костей, нарезать ромбиками, поперчить, посолить, обмакнуть в яйцо и обжарить на сливочном масле. Затем остудить, разложить ромбиками на блюде, украсить зеленью петрушки и ломтиками огурца. Залить все сначала майонезом, а затем желе. Для приготовления желе можно использовать любой бульон.

ЗАЛИВНОЕ ИЗ ТЕЛЯЧЬЕЙ ПЕЧЕНКИ

500 г телячьей печени * $^1/_2$ луковицы * 3 сладких болгарских перца * $^1/_2$ апельсина * 20 г желатина * 1 стакан куриного бульона * 3 ст. л. растительного масла * $^1/_3$ стакана белого сухого вина * зелень петрушки * соль * перец.

Телячью печень промыть, удалить пленки и нарезать небольшими брусочками. Сладкий перец нарезать ломтиками, лук нарубить кубиками: Спассеровать в растительном масле лук, сладкий перец и печень. Куриный бульон смешать с вином, посолить, положить перец горошком, прогреть и залить этим отваром печень. Затем довести бульон до кипения, влить размоченный в холодной воде желатин и тщательно перемешать. В глубокое блюдо выложить брусочки печени, залить бульоном и украсить дольками апельсина и зеленью петрушки. Поставить на холод для застывания.

ФРИКАДЕЛЬКИ В ЖЕЛЕ

700 г говядины с костями * 2 луковицы * 1 морковь * 1 корень сельдерея * 2 корня петрушки * 30 г желатина * 1 ст. л. сливочного масла * 1 ст. л. сметаны * лавровый лист * перец * соль.

Подготовленное мясо залить холодной водой, довести до кипения, снять пену, положить коренья и варить на слабом огне 3—4 ч. Перед окончанием варки посолить, добавить перец горошком и лавровый лист. Затем мясо вынуть, отделить от костей и пропустить через мясорубку вместе с поджаренным луком. Добавить сметану, растертое добела сливочное масло, соль, перец, все хорошо перемешать и сформовать шарики. Бульон, в котором варилось мясо, процедить, смешать с разложенным желатином и вскипятить. Влить в форму немного бульона, дать застыть, положить фрикадельки, украсить кружочками яиц и зеленью, залить доверху оставшимся бульоном и поставить в холодное место для застывания.

ЗАЛИВНАЯ ТЕЛЯТИНА

Телячья голова или 2 ноги разрубленные * 1 корень петрушки * 4 моркови * 2 луковицы * кусочек корня сельдерея * 2 лавровых листа * 5 горошин душистого перца * $^1/_2$ ч. л. растопленного сахара * 100 г поджаренного мяса * $^1/_4$ стакана белого сухого вина * соль.

Очищенную телячью голову разрубить пополам, удалить мозги, промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой, чтобы она полностью покрыва-

ла обе половины головы, вскипятить и снять пену. Если заливное варить из ног, то их надо сначала очистить, ошпарить кипятком и разрубить. После снятия пены добавить коренья и лук. Варить на слабом огне 4 ч. В конце варки положить лавровый лист, перец и соль.

Мясо отделить от костей и нарезать ломтиками. Бульон процедить, осветлить взбитым белком, добавить белое вино и растопленный сахар. Это придаст бульону золотистый цвет. Уложить в форму кусочки жареного и вареного мяса, украсить веточками петрушки, залить бульоном и поставить на холод для застывания.

ЗАЛИВНОЕ «НЕЖНОСТЬ»

500 г костей * 2 моркови * 3 луковицы * корень петрушки * 20 г желатина * яичный белок * 2 вареных яйца * лавровый лист * перец горошком * гвоздика * соль.

Сварить бульон из костей с добавлением кореньев, посолить, положить перец горошком, гвоздику, лавровый лист, все вскипятить. Замочить желатин в холодной воде, влить в горячий бульон, добавить яичный белок, вскипятить и процедить. Налить в форму немного бульона, дать застыть, уложить ломтики ветчины и яиц, вареную морковь и листики петрушки, залить оставшимся бульоном и остудить.

ЗАЛИВНОЕ «СЛОЖНОЕ»

500 г филе говядины * 20 г желатина * 3 яйца * жир для жаренья * 2 луковицы * 1 морковь * 1 корень петрушки * 1 корень сельдерея * лавровый лист * гвоздика * перец горошком, соль — по вкусу.

Крупные куски говядины посыпать солью, перцем и обжарить на сковороде с жиром, луком, морковью и белыми кореньями. Затем положить в кастрюлю, подлить воду или бульон, накрыть крышкой и тушить. В конце тушения добавить лавровый лист, перец, гвоздику. Когда мясо остынет, нарезать его поперек волокон на порционные куски.

С оставшегося от тушения мяса сока снять жир. Затем из сока вынуть шумовкой специи, добавить желатин и нагреть до полного растворения последнего. Полученное желе будет мутным. Чтобы сделать его прозрачным, приготавливают оттяжку. Для этого промолоть немного сырого мяса на мясорубке, добавить соль, воду и дать постоять около часа, затем в оттяжку ввести сырые яичные белки и хорошо размешать. В немного остывший мясной сок с желатином добавить оттяжку, хорошо размешать, довести до кипения и, уменьшив нагрев, не мешая, выдержать около часа. Оттяжка сначала соберется сверху в виде пористых сгустков, а затем опустится на дно. После этого желе процедить через ткань.

В салатники или в тарелки налить тонкий слой желе и поставить на холод. Когда желе застынет, положить на него украшения из ломтиков вареных яиц, звездочек и кружочков из вареной моркови, веточек зелени. Сверху уложить ломтики мяса, налить желе (оно должно покрывать мясо полностью) и поставить

посуду на холод. Готовое заливное при подаче гарнировать солеными огурцами и листовым салатом.

МАРИНОВАННОЕ ЖАРКОЕ

1 кг мякоти говядины * 2 ст. воды * $^1/_2$ ст. 9%-ного уксуса * $^1/_2$ ст. сухого белого вина * 2 луковицы * 1 лавровый лист * 1 ст. л. тмина * 3 бутона гвоздики * немного сахара * соль * перец.

Лук нарезать кружочками и варить 5 мин вместе с тмином, солью, сахаром, лавровым листом, затем подлить уксус и вино, вскипятить, остывшей жидкостью залить мясо и в холодном месте мариновать 7 дней. Потом мясо вынуть из маринада (при желании можно нашпиговать), обмазать оливковым или сливочным маслом и жарить в духовке до готовности, добавляя маринад и воду. Жаркое остудить, нарезать ломтиками, обмазать их начавшим застывать заливным из жидкости жаркого. Поставить на холод для полного застывания желе.

РОСТБИФ С ЖЕЛЕ

1 кг говяжьего филе (толстый и тонкий куски) * 50 г жира * 1 стакан бульона * соль * перец * сахар.

Филе вымыть, обсушить, натереть солью, перцем, сахаром и положить на 2 ч в холодное место. Растопить на сковороде жир и обжарить в нем мясо до коричневого цвета, подлить горячий бульон и жарить в духовке до готовности, время от времени поливая этим же бульоном. Остывший ростбиф нарезать ломтиками, выложить в блюдо для жаркого, украсить

натертым хреном и веерочками из маринованных огурцов.

В бульон ввести желатин, прогреть до полного растворения последнего, процедить и остудить. Залить полученным желе ростбиф и поставить на холод для полного застывания.

ЗАЛИВНОЕ «МОРОЗКО»

400 г телятины * 20 г говяжьего жира * 100 г лука * 20 г желатина * 2 яйца * коренья * зелень * соль.

Мякоть телятины отделить от костей. Кости нарубить на куски. Мясо очистить от пленок, посолить, посыпать перцем и обжарить на сковороде крупными кусками с жиром вместе с рублеными костями, луком, морковью и белыми кореньями. Обжаренные кости положить в кастрюлю, добавить воду и варить около 2 ч, снимая жир. Кости вынуть, в бульон добавить сок, полученный от жаренья телятины; со сковороды слить жир, налить немного бульона и кипятить, помешивая ложечкой. После этого в бульоне распустить при нагревании замоченный желатин и осветлить его взбитыми яйцами. Телятину нарезать мелкими кубиками, уложить на слой желе и залить сверху бульоном. Дать застыть. Подавать к столу с дольками лимона и зеленью петрушки.

ПОРОСЕНОК ПО-ОХОТНИЧЬИ

Поросенок * 50 г желе * 2 моркови * 2 корня петрушки * 1 корень сельдерея * лавровый лист * 8 горошин перца * 1 лимон * соль — по вкусу.

Поросенка ошпарить, соскоблить ножом щетину, обсушить, натереть мукой, опалить и обтереть. Затем изнутри надрубить позвоночник, поверхность натереть кусочком лимона и замочить тушку в холодной воде на 2—3 ч. После этого поросенка завернуть в салфетку, подвесить в котле (на палке, положенной поперек), залить холодной водой, добавить соль, перец, коренья, лавровый лист и варить около 1,5 ч почти без кипения. Охладить поросенка в том же бульоне, вынуть и разрезать на порции. На бульоне приготовить желе, нарезать его кубиками и подать вместе с поросенком.

ЗАЛИВНОЕ «ЛАКОМКА»

Поросенок * 80 г шпика * 100 г языка * 150 г печени * 100 г ветчины * 1 яйцо * 20 г желатина * перец * соль.

Молодого поросенка опалить, выпотрошить, тщательно промыть и аккуратно снять с него кожу вместе со слоем мяса толщиной около 2 см. Мясо слегка отбить, посолить, поперчить, уложить на него нарезанный брусочками шпик, ломтики отварного языка, печени и ветчины, добавить кружочки вареного яйца и предварительно замоченный в воде желатин. Затем

осторожно свернуть кожу поросенка в виде рулета, завернуть в салфетку, перевязать прочной нитью и варить до готовности. Готовый рулет вынуть из бульона, дать стечь жидкости и положить под небольшой пресс, чтобы он принял сплюснутую форму. При подаче рулет нарезать порционными кусками.

ЗАЛИВНОЙ ПОРОСЕНОК ПО-ВЕНГЕРСКИ

Поросенок (2—2,5 кг) * 50 г красной паприки * 1 долька чеснока * 200 г лука * 5 горошин черного перца * зелень петрушки, пастернака, сельдерея, укропа * соль — по вкусу.

Взять свежего поросенка с упругим мясом и разрезать его на куски примерно по 60 г каждый. Куски ошпарить и, положив в кастрюлю с небольшим количеством воды, солью, несколькими горошинами черного перца, долькой чеснока, пучком душистой зелени, паприкой, варить на слабом огне. Когда мясо сварится, вынуть его и положить в глубокое блюдо. Слить с бульона жир, процедить его, залить полученной жидкостью мясо и поставить блюдо в прохладное место. Блюдо украсить крутыми яйцами и огуречными кружочками.

ПОРОСЕНОК ЗАЛИВНОЙ

Поросенок (2 кг) * 30 г желатина * по 1 шт. моркови, корня петрушки и репчатого лука * 1 яйцо * соль * перец.

Поросенка опалить, промыть и выпотрошить. Затем разрубить тушку на части, залить холодной водой, посолить, добавить очищенные коренья и лук и,

накрыв кастрюлю крышкой, поставить варить. Когда вода закипит, снять пену и продолжать варить около часа. Готового поросенка вынуть на блюдо и охладить. Бульон, полученный при варке поросенка, поставить на огонь, добавить перец, лавровый лист, гвоздику и дать закипеть; после этого положить желатин, предварительно замоченный в холодной воде, и, размешивая, вскипятить, а затем процедить бульон. На блюдо уложить куски поросенка, украсить их полукружками вареного яйца, веточками петрушки, кружками вареной моркови, залить все приготовленным желе и дать застыть.

ЗАЛИВНОЕ «РОЖДЕСТВЕНСКОЕ»

1 небольшой поросенок * 1 яйцо * 3 стакана мясного желе * зелень * перец и соль — по вкусу.

Подготовленного поросенка отварить в подсоленной воде с добавлением кореньев, лука и черного перца горошком. Затем охладить поросенка прямо в бульоне.

Готового поросенка нарезать крупными кусками, уложить на противень, предварительно залитый тонким слоем желе, придав кускам форму целого поросенка. Блюдо можно украсить вареным яйцом и зеленью петрушки. Сверху куски поросенка залить оставшимся желе и дать застыть.

ВЕТЧИНА В ЖЕЛЕ ИЗ ВИНА

5 ломтиков постной ветчины * 4 корнишона * 7 вареных шампиньонов * 1 стакан бульона * 1 стакан сухого белого вина * 20 г желатина.

Ветчину нарезать тонкими ломтиками, скатать их в фунтики, вложить веерочки из огурца и разместить на круглом блюде. Между фунтиками положить половинки шампиньонов, в середину — целые грибы.

Вино смешать с бульоном, вскипятить, добавить соль, перец и разбухший желатин. Когда бульон начнет застывать, залить им продукты.

ЗАЛИВНОЕ «УЛЫБКА»

500 г мяса * 1 отварная морковь * 2 стакана бульона * 20 г желатина * жир для жаренья * консервированный зеленый горошек * листья салата * соль * перец.

Мясо пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, сформировать фрикадельки и обжарить их до коричневого цвета в большом количестве жира. Готовые фрикадельки остудить, положить в формочки вместе с зеленым горошком и кружочками отварной моркови. В мясном бульоне растворить разбухший желатин и залить им фрикадельки. Застывшее желе выложить на тарелку, выстланную листьями салата, и украсить редисом.

ЗАЛИВНОЕ «АРАГВИ»

1 курица * 1 корень петрушки * 2 лавровых листа * 4 горошины черного перца * 2 соленых огурца * 2 картофелины * 1 луковица * 1 морковь * 3 вареных яйца * 400 г майонеза * 2 ст. л. сахара * 1 ч. л. желатина * соль — по вкусу.

Вскипятить 1,5 л воды с кореньями, луком и пряностями. Выпотрошенную курицу опалить, положить в отвар и варить до готовности. Остудить в отваре. Желатин развести в $^1/_2$ стакана холодной воды или отвара, поставить между конфорками на горячую плиту для полного растворения. Майонез выложить в миску и растереть с сахаром.

Соленые огурцы, вареные овощи и яйца нарезать кубиками, добавить консервированный зеленый горошек, перемешать с половиной майонеза и разложить на блюде. Готовую курицу разделать на филе, нарезать ломтиками и уложить поверх овощей. Майонез смешать с набухшим желатином, охладить и взбить венчиком до образования пены. Залить смесью ломтики курицы, украсить зеленью и поставить в холодильник на 2—3 ч.

ЗАЛИВНОЕ ИЗ БОРОВИКОВ

350 г свежих боровиков * 50 г растительного масла * 2 ст. л. желатина * 1 ст. л. горчицы * 1 желток * соль.

Отварить боровики в литре соленой воды и мелко нарубить. В половину стакана холодной кипяченой воды всыпать желатин, дать ему разбухнуть в тече-

ние часа и влить в грибной бульон. Подогреть бульон до полного растворения желатина, залить им боровики, слегка остудить и поставить в холодильник. Приготовить соус. Для этого растереть до побеления желток, горчицу, масло, соль, сахар, добавить по вкусу пищевой уксус, все перемешать и охладить. Гарнировать горячим молодым картофелем и свежим огурцом.

ГРИБЫ ЗАЛИВНЫЕ

50 г соленых грибов * 100 г желе (4 г желатина) * 10 г моркови * 10 г соленых огурцов * 25 г картофеля * 3 г растительного масла * 5 г уксуса.

Для приготовления желе в воду добавить немного отжатого от грибов рассола, прокипятить, положить замоченный в воде желатин и растворить его. Налить в формочки тонкий слой желе. Когда оно застынет, положить мелко шинкованные соленые грибы, залить желе и поставить на холод. При подаче к столу заливное гарнировать отварными мелко нарезанными овощами, заправленными уксусом и растительным маслом.

ЗАЛИВНОЕ «ЛЕСНАЯ ПОЛЯНКА»

500 г свежих грибов * 40 г желатина * 700 г грибного отвара * 2 яйца * зелень * соль.

Свежие грибы тщательно промыть, очистить и нарезать крупными кусками. Затем отварить грибы до готовности в подсоленной воде. Желатин замочить в небольшом количестве холодной воды, добавить его в грибной бульон и прогреть. Желатин должен полностью раствориться. В подготовленные формочки

влить немного грибного бульона и дать ему застыть. Сверху уложить кусочки грибов, ломтики яиц и веточки петрушки или сельдерея. Затем долить желе доверху и поставить в прохладное место для застывания.

Готовое заливное вынуть из формочек, опустив их на несколько секунд в горячую воду, и выложить на плоское блюдо.

ОВОЩИ В ЖЕЛЕ

250 г цветной капусты * 50 г консервированного зеленого горошка * 250 г моркови * 50 г корня сельдерея * 2 стакана бульона * 20 г желатина * 1 ст. л. лимонного сока * соль * зелень.

Цветную капусту отварить в подсоленной воде до готовности и разделить на соцветия. Морковь варить до полумягкости и вырезать спирали. Отваренный сельдерей нарезать кубиками. К бульону прибавить лимонный сок, разбухший желатин и все подогревать, пока не растворится желатин. В формочки влить бульон слоем 0,5 см и дать ему застыть. Концы спирали из моркови соединить, положить в формочки на желе, начинить горошком, сельдереем, цветной капустой и измельченной морковью. Залить все холодным бульоном и в прохладном месте дать застыть.

ЗАЛИВНОЕ «ОКЕАН»

200 г консервированных крабов * 3 маринованных огурца * 2 моркови * зеленый горошек * соль * 800 г желе.

Слить сок из крабовых консервов и приготовить на нем желе. Отварить до готовности морковь и вы-

резать из нее звездочки или шестеренки. В формочки влить немного желе, дать ему застыть, уложить сверху нарезанное кусочками мясо крабов, зеленый горошек и звездочки из моркови. Затем крабов и овощи аккуратно залить оставшимся желе и поставить в холодное место для застывания.

Заливное подать к столу с майонезом или с соусом из хрена.

КАРП В ЖЕЛЕ

Карп * 1 корень петрушки * 1 луковица * 1 лавровый лист * 1 лимон * зелень * соль * перец * 10 г желатина.

Очищенную рыбу нарезать кусочками, залить водой так, чтобы она еле покрывала рыбу, добавить немного лимонного сока и поставить на слабый огонь. Затем снять пену, добавить коренья, соль, перец, лавровый лист и варить до готовности. Во время варки трижды надо влить по одной столовой ложке холодной воды. Филе отварного карпа выложить на блюдо и украсить ломтиками лимона.

Бульон процедить, растворить в нем разбухший желатин и залить им рыбу. Ломтики лимона обмакнуть в бульон и разложить поверх рыбы.

ЗАЛИВНОЕ «РЫБАЦКОЕ»

200 г рыбы * 1 л рыбного бульона * 40 г желатина * 2 яйца * 10 г нарезанного соломкой репчатого лука * 20 г соли * укроп * 5 г зелени петрушки.

Желатин замочить в небольшом количестве холодной воды. Приготовить оттяжку: взбить яйца,

смешать с репчатым луком, добавить холодной воды, положить несколько стеблей укропа и посолить. В горячий бульон положить набухший желатин и добавить оттяжку. Смесь довести до кипения, проварить на слабом огне в течение часа, процедить и охладить.

Готовое желе разлить в формы и поставить их в посуду со льдом. Дать желе застыть толщиной около 1 см от стенок форм, остаток желе слить. Формы наполнить кусочками отварной рыбы, вновь залить желе и поставить на холод на 2—3 ч.

ЗАКУСКИ ИЗ РЫБЫ И МОРЕПРОДУКТОВ

СКУМБРИЯ, ФАРШИРОВАННАЯ ГРИБАМИ

2 скумбрии * 20 г хлеба * 40 г очищенных креветок * 40 г грибов * 20 г мелко нарезанного репчатого лука * 100 г сливочного масла * петрушка * соль.

Креветки и грибы отварить до готовности, смешать с замоченным хлебным мякишем и все мелко нарубить, затем посолить, поперчить, добавить лук, зелень петрушки и кусочки сливочного масла. Скумбрию выпотрошить через жабры, хорошо промыть, обсушить и начинить каждую рыбку через жабры фаршем. Смазать маслом, посыпать молотыми сухарями и запечь в духовке.

СКУМБРИЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ

500 г рыбы * 30 мл белого вина * 130 г свежих белых грибов * 30 г мяса крабов * 30 г сливочного масла * 300 г соуса * соль.

Скумбрию разделать на филе, нарезать небольшими кусочками и припустить в бульоне с добавлением белого вина, перца и зелени петрушки. Готовую рыбу

положить на блюдо, а в оставшийся бульон добавить молочный соус, прокипятить, заправить сливочным маслом, довести до готовности и полить соусом рыбу.

СКУМБРИЯ В РАССОЛЕ

300 г филе рыбы * 70 мл огуречного рассола * 70 г соленых огурцов * 30 г грибов * 120 г соуса * 10 г зелени.

Филе скумбрии нарезать на куски, припустить в бульоне с добавлением огуречного рассола и грибов. Отдельно припустить очищенные и нарезанные огурцы. Готовую рыбу уложить на блюдо, на нее — огурцы и грибы, полить белым соусом, посыпать зеленью петрушки. На гарнир подать отварной картофель.

СКУМБРИЯ С СЫРОМ

500 г скумбрии * 50 г сыра * 1 ст. л. муки * $^1/_4$ стакана растительного масла * соль — по вкусу.

Скумбрию промыть, удалить внутренности, разделать на филе, посолить и нарезать на полоски. Взять 2 полоски, положить между ними ломтик сыра, соединить все спичкой, запанировать в муке и обжарить с обеих сторон на сковороде в разогретом масле. При подаче на стол спички вынуть, гарнировать рыбу с жареным картофелем и салатом из свежей капусты.

СКУМБРИЯ ПО-АДЫГЕЙСКИ

1 кг скумбрии * 2 ст. л. растительного масла * 1 головка репчатого лука * 1 лимон * зелень петрушки * перец и соль.

Скумбрию промыть, разрезать по хребту, вынуть хребтовую кость, выпотрошить и распластать. Обработанную рыбу посолить, поперчить, посыпать измельченной зеленью петрушки, нашинкованным репчатым луком, сбрызнуть лимонным соком и поставить в холодильник на 30 мин. Затем маринованную скумбрию обжарить на сковороде в растительном масле.

СКУМБРИЯ, ЖАРЕННАЯ НА РЕШЕТКЕ

1 скумбрия * 1 ст. л. сливочного масла * $^1/_2$ ст. л. зелени петрушки * $^1/_2$ ст. л. зелени укропа * 1 ст. л. лимонного сока * соль.

Скумбрию очистить, выпотрошить, сделать на тушке два косых разреза с каждой стороны, уложить в них сливочное масло, смешанное зеленью петрушки и укропа, посолить и обжарить на решетке с обеих сторон. Готовую скумбрию при подаче на стол полить лимонным соком.

СКУМБРИЯ, ЖАРЕННАЯ В ЯГОДНОМ СОУСЕ

5 скумбрий * 200 г крыжовника * 10 г масла * 20 г сахара * лимонный сок * щепотка молотого мускатного ореха * соль * перец.

Сварить крыжовник с маслом до размягчения, протереть через сито, добавить сахар, соль, мускат-

ный орех и перец. Полученную смесь прогреть и заправить лимонным соком. Скумбрию выпотрошить, промыть, сделать по три надреза с каждой стороны рыбы, смазать внутри растопленным маслом, посолить, поперчить и жарить на решетке 15 мин, смазывая рыбу маслом. При подаче полить скумбрию ягодным соусом.

СКУМБРИЯ С ГРИБАМИ

1 кг скумбрии * 5 морковок * 1 корень сельдерея * 4 головки репчатого лука * 1 стакан подсолнечного масла * 400 г свежих грибов * 10 красных помидоров * 1 стакан маслин * 4 ст. л. мелко нарезанной зелени петрушки * по 1 ст. л. красного и черного молотого перца * соль.

Скумбрию очистить, выпотрошить, разрезать на филе, посолить и поперчить. Морковь, корень сельдерея и лук нарезать кубиками, потушить их в подсолнечном масле и посолить. В конце тушения прибавить красный перец, нарезанные ломтиками грибы, очищенные и измельченные на терке красные помидоры и маслины. Когда сок помидоров выпарится, добавить горячей воды, черный перец и мелко нарезанную зелень петрушки.

Варить соус на слабом огне около 30 мин. Затем вылить соус в сотейник, сверху положить подготовленную рыбу и запечь в умеренно нагретой духовке.

СКУМБРИЯ ПО-ФРАНЦУЗСКИ

1 скумбрия * 1 лимон * 2 ст. л. молотых сухарей * 3 ст. л. подсолнечного масла * перец * соль.

Скумбрию разделить на филе без кожи и костей, придать филе форму прямоугольника или ромба, посолить, посыпать черным молотым перцем, полить лимонным соком и выдержать около часа. Затем запанировать в молотых сухарях и поджарить на сковороде. Подать к столу, украсив ломтиками лимона и маслинами.

СКУМБРИЯ СО СЛАДКИМ БОЛГАРСКИМ ПЕРЦЕМ

500 г рыбы * 100 г сладкого перца * 2 головки репчатого лука * 1 ст. л. томата-пюре * 1 ст. л. муки * 1 ст. л. топленого масла * соль — по вкусу.

Репчатый лук нарезать ломтиками, обжарить на топленом масле, добавить нарезанный ломтиками сладкий болгарский перец, влить томат-пюре и 1 ст. л. воды, все перемешать, посолить и потушить 10 мин. Филе скумбрии нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, обвалять в муке, обжарить с одной стороны до золотистого цвета, перевернуть, положить на каждый кусочек рыбы тушеные овощи и довести рыбу до готовности.

СКУМБРИЯ С ЛУКОМ

7 крупных скумбрий * $^1/_3$ стакана муки * 2 ст. л. масла * 250 г репчатого лука * 50 мл воды * зелень * соль * перец.

Муку смешать с солью и перцем, обвалять в этой смеси филе рыбы, положить на обжаренный репчатый лук, добавить масло и обжарить филе с обеих сторон. Затем влить немного воды и тушить на слабом огне 3 мин. При подаче посыпать рыбу зеленью петрушки.

ХЕК ОТВАРНОЙ

500 г рыбы * 2 ст. л. лимонного сока * 3 ст. л. растопленного сливочного масла * 1 яйцо * 1 ст. л. молотых белых сухарей * 1 морковь * корень петрушки * перец черный молотый и горошком * соль.

Рыбу очистить, промыть, выпотрошить и отделить голову и плавники. В кипящую подсоленную воду положить ломтики моркови и корня петрушки, добавить черный перец горошком, прокипятить и положить рыбу. Варить рыбу около 30 мин.

Разогреть сливочное масло, добавить лимонный сок, молотые сухари, мелко нарезанную зелень петрушки и кусочки вареных яиц. Готовую рыбу уложить на блюдо, сверху выложить подготовленную смесь.

ХЕК, ТУШЕННЫЙ С БАКЛАЖАНАМИ

1 кг хека * 20 г муки * 500 г баклажанов * 4 помидора * 40 г растительного масла * 700 г соуса * черный молотый перец * соль.

Очищенного и промытого хека нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, обвалять в муке и обжарить со всех сторон на растительном масле. Баклажаны очистить, удалить семена и нарезать мелкими кусочками. Помидоры нарезать дольками и обжарить на растительном масле. Затем смазать маслом сотейник, на дно положить баклажаны, сверху уложить рыбу, помидоры, добавить растительное масло, рыбный бульон, накрыть сотейник крышкой и тушить в духовке до готовности.

Подавать рыбу вместе с тушеными овощами, отдельно на гарнир подать рассыпчатый рис.

РЫБНЫЕ КОТЛЕТЫ ИЗ СЕРЕБРИСТОГО ХЕКА

500 г рыбы * 100 г творога * 50 г репчатого лука * 20 г черствой булки * 50 г жира * $^1/_4$ стакана молока * 1 яйцо * чеснок * молотый черный перец и соль — по вкусу.

Хека почистить, удалить голову и хвост, выпотрошить, тщательно промыть и разделать на филе. Пропустить через мясорубку репчатый лук, размоченную в молоке булку, творог, чеснок и филе хека. Добавить в фарш яйцо, черный молотый перец, все перемешать, сформовать котлеты, запанировать в муке и жарить с жиром на хорошо разогретой сковороде. Если рыба очень сухая, можно добавить в фарш кусочек сливочного масла.

КОЛБАСКИ ИЗ ХЕКА

1 кг хека * 6 ст. л. молока * 4 яйца * 2 кусочка хлеба * 2 луковицы * 4 ст. л. муки * 2 ст. л. сливочного масла * панировочные сухари * черный перец и соль — по вкусу.

Рыбу почистить, выпотрошить, отрезать головы и хвосты, удалить позвоночник и (острым ножом) всю мякоть. Пропустить через мясорубку филе хека, добавить хлеб, замоченный в молоке, мелко нарезанный лук, взбитые яйца, посыпать солью и перцем. Фарш тщательно перемешать, разделить на части, сформовать колбаски, обмакнуть их в яйцо и обвалять в сухарях. Жарить колбаски в большом количестве кипящего масла.

Подавать колбаски с картофельным пюре, свежими помидорами, огурцами и консервированным зеленым горошком.

ХЕК С ЛИМОННЫМ СОКОМ

500 г рыбы * 4 ст. л. подсолнечного масла * $^1/_2$ лимона * 1 яйцо * зелень петрушки * маслины * перец * соль.

Подготовленную рыбу нарезать ломтиками, посолить и поперчить. Влить в кастрюлю подсолнечное масло, положить рыбу, добавить немного воды и тушить до готовности. При подаче выложить рыбу на блюдо, полить лимонным соком, посыпать зеленью петрушки, украсить ломтиками вареного яйца и маслинами.

ХЕК ТУШЕНЫЙ ПО-РУССКИ

500 г рыбы * 75 г хрена * сметана * соль * черный молотый перец.

Хека очистить, промыть, отрезать голову и плавники, разделать на филе. Подготовленные кусочки филе посолить, поперчить и уложить в смазанный маслом сотейник, чередуя с тертым хреном. Затем залить рыбу сметаной и тушить на слабом огне до готовности.

ХЕК ПО-НЕМЕЦКИ

750 г филе хека * 2 луковицы * 1 ст. л. муки * 2 ст. л. подсолнечного масла * 1 ч. л. горчицы * 700 г картофеля * соль.

Филе хека нарезать ломтиками, посолить, посыпать мукой, обжарить на подсолнечном масле вместе с нарезанным луком. Перед окончанием жарки добавить горчицу. Отварной картофель нарезать кружочками, разложить на противне с небольшим количеством сливочного масла, сверху положить рыбу, накрыть еще одним слоем картофеля, сбрызнуть сливочным маслом и запечь в умеренно горячей духовке.

КАЛЬМАР В КЛЯРЕ

600 г кальмара * 50 г муки * $^1/_4$ стакана воды * 100 г растительного масла * 1 яйцо * соль.

Для приготовления жидкого теста (кляра) муку развести водой, добавить растительное масло, яйца,

все перемешать. Отварного кальмара нарезать на кусочки, обмакнуть их в кляр и жарить в разогретом растительном масле 2—3 мин.

КАЛЬМАРЫ В СМЕТАНЕ

70 г кальмаров * $^1/_4$ луковицы * 20 г грибов * 75 г сметанного соуса * сыр — по вкусу.

Кальмаров очистить от пленки, промыть, нарезать соломкой, положить в один слой на горячую сковороду с маслом и быстро обжарить. Добавить пассерованный лук с грибами, сметанный соус, соль, перец, довести до кипения. Переложить в кокотницы или маленькие сковородочки, посыпать тертым сыром и запечь. Подавать блюдо горячим, посыпав рубленой зеленью.

КАЛЬМАР ПРЯНЫЙ ПОД МАЙОНЕЗОМ

100 г кальмаров * 1 корень петрушки * 1 огурец * 1 картофелина * 2 моркови * 2 яйца * 50 г зеленого лука * укроп * соль — по вкусу.

Жесткой щеткой с поверхности кальмара счистить пленку. После этого кальмара тщательно промыть и отварить в подсоленной воде с добавлением корня петрушки и специй. Остывшего кальмара нарезать соломкой поперек волокон, а овощи и вареные яйца — тонкими ломтиками. Продукты смешать, заправить майонезом, посыпать укропом и зеленым луком.

ЗАКУСКА ИЗ КАЛЬМАРОВ

50 г кальмаров * 1 ст. л. муки * 1 яйцо * 1 ст. л. молока * 30 г масла * зелень петрушки и лимонный сок.

Очистить, промыть и посолить кальмаров. Запанировать их в муке, смочить в яйце с молоком и вновь запанировать в сухарях. Обжарить кальмара в жиру и прогреть в духовке. Приготовить зеленое масло: для этого сливочное масло растереть с зеленью петрушки и небольшим количеством лимонного сока. При подаче на стол положить на кальмара кусочек зеленого масла.

КАЛЬМАРЫ С ПОМИДОРАМИ И ЯЙЦОМ

600 г филе кальмаров * 4 головки репчатого лука * 8 свежих помидоров * 5 ст. л. растительного масла * 6 яиц * зелень * соль.

Филе кальмаров отварить и нарезать соломкой, репчатый лук — кольцами и пассеровать. На отдельной сковороде обжарить мелко нарезанные свежие помидоры до окрашивания жира в оранжево-красный цвет. Затем к помидорам прибавить кальмаров, репчатый лук, бульон, в котором варились кальмары, и тушить смесь на слабом огне. Когда жидкость немного вскипит, влить подсоленные предварительно взбитые яйца и дать смеси прокипеть.

КАЛЬМАРЫ С ОСТРЫМ СОУСОМ

500 г филе кальмаров * соль * зеленый лук * 2 стакана острого томатного соуса.

Кальмаров отварить, охладить и нарезать соломкой. Острый томатный соус довести до кипения. Положить в него кальмаров, вскипятить и проварить 7 мин. При подаче на стол посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

КАЛЬМАРЫ ПО-ИТАЛЬЯНСКИ

300 г кальмаров * 1 помидор * $^1/_2$ луковицы * 1 ч. л. аджики * 1 желток * 1 лимон * укроп * чеснок * соль * лавровый лист.

Подготовленных кальмаров нарезать кусочками. В кастрюлю влить стакан воды, положить кальмаров, добавить лимонный сок, помидор, нарезанный кружочками, чеснок, укроп, перец и соль. Тушить на слабом огне до готовности. Перед подачей ввести желток, растертый с аджикой и лимонным соком.

КАЛЬМАРЫ С РИСОМ

250 г свежих кальмаров * $^1/_2$ стакана риса * 1 головка репчатого лука * 1,5 ст. л. сливочного масла * 1 ст. л. муки * $^1/_4$ стакана молока * соль и перец — по вкусу.

Рис отварить до полуготовности. Кальмаров разделать и обжарить. Подрумянить на сковороде мелко нарезанный репчатый лук, смешать его с рисом и кальмарами. Затем влить молоко, заправить солью,

перцем и сливочным маслом. Накрыть посуду крышкой и тушить на слабом огне до готовности.

КАЛЬМАРЫ В ТОМАТНОМ СОУСЕ

300 г кальмаров * 1 стакан томатного соуса * 1 ст. л. масла * зелень * перец * соль.

Подготовленных кальмаров нарезать соломкой, посолить, посыпать перцем, обвалять в муке и обжарить. Сотейник смазать маслом, уложить в него кальмаров и залить томатным соусом. Тушить на слабом огне до готовности. При подаче на стол выложить кальмаров на блюдо, полить соусом, посыпать зеленью укропа или петрушки.

КАЛЬМАР ЖАРЕНЫЙ

500 г филе кальмара * 3 ст. л. молока * 1 яйцо * 2 ст. л. сухарей * 4 ст. л. растительного масла * $^1/_2$ ст. л. муки * зелень * соль.

Обработанное филе кальмара отварить, нарезать на куски, слегка посолить, посыпать перцем и обвалять в муке. Приготовить льезон, для этого взбить яйцо с молоком. Обвалянного в муке кальмара опустить в льезон, запанировать в сухарях и обжарить на растительном масле. Подавать кальмаров горячими, полив сливочным маслом и посыпав рубленой зеленью.

МИДИИ ОТВАРНЫЕ

20 мидий * 15 г моркови * 10 г петрушки * 5 г сливочного масла * 5 г репчатого лука * лавровый лист.

Хорошо очистить и промыть мидии. В небольшом количестве воды сварить мидии, добавить к ним лук, петрушку, морковь, лавровый лист и сливочное масло. Когда мясо станет белым — мидии готовы.

МИДИИ ТУШЕНЫЕ

500 г мидий * 30 г белого сухого вина * 10 г репчатого лука * петрушка * перец.

Осторожно вынуть мидии из ракушек, в отдельную посуду слить жидкость из створок ракушек, добавить к ней белое вино, репчатый лук, сливочное масло, петрушку и немного молотых сухарей. Посуду поставить на слабый огонь, положить мидии и тушить 5 мин.

ПЕРЕЦ, ФАРШИРОВАННЫЙ МИДИЯМИ

5 стручков сладкого перца * 400 г мидий * 1 ст. л. риса * 1 ст. л. сливочного маргарина или масла * 1 головка лука * 300 г сметаны * зелень * соль.

Раковины мидий очистить и промыть, залить небольшим количеством воды и отварить. Вареное мясо вынуть и пропустить через мясорубку вместе с луком. Отварить рис, положить в фарш и посолить по вкусу.

Перец вымыть, удалить плодоножку и семена. Нафаршировать перец фаршем, уложить в сотейник, смазанный маслом, залить сметаной и тушить 15 мин. Подавать на стол, посыпав зеленью.

МИДИИ В БЕЛОМ ВИНЕ С ЛУКОМ

2 мидии * 2 г репчатого лука * 1 г зелени петрушки * 3 г вина белого * 25 г бульона * 2 г муки * 2 г сливочного масла.

Зачистить раковины от наростов и вымыть. В сотейник положить мелко нарубленный репчатый лук и зелень петрушки, а на них — раковины с мидиями, влить белое вино, бульон и припустить на сильном огне. Когда раковины вскроются, мидии переложить в глубокое блюдо, удалить одну створку раковин, добавить бульон, в котором они припускались, смешанную с маслом муку, дать вскипеть, заправить сливочным маслом, довести до вкуса и полить мидии этим соусом.

МИДИИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ В РАКОВИНАХ

12 мидий * 1 ст. л. сметаны * 2 ст. л. тертого сыра * 1 лимон.

Раковины мидий очистить и хорошо промыть, залить водой и варить при слабом кипении до раскрытия створок. Вынуть вареные мидии, удалить одну из створок раковины. Затем мясо мидий промыть, снова уложить в створку, сверху смазать сметаной и посыпать тертым сыром. Уложить мидии на сковороду и запечь в духовке.

МИДИИ, ЖАРЕННЫЕ В ТЕСТЕ

70 г мидий * 4 г растительного масла * зелень * соль * специи.
Для теста: 30 г муки * 40 г яиц * 30 г молока * 2 г сахара * 3 г масла.

Готовые мидии положить в посуду, заправить растительным маслом, добавить лимонную кислоту, зелень, перец, соль и все выдержать на холоде 20 мин. Приготовить из молока, яиц, муки, масла и сахара кляр. Мидии наколоть на вилку, окунуть в кляр и жарить во фритюре 2—3 мин.

ПЛОВ С МИДИЯМИ

500 г мидий * 60 г растительного масла * 70 г риса * $^1/_2$ луковицы * соль * перец.

Открыть мидии и вынуть их из раковин. В глубокой посуде обжарить в масле мелко нарезанный лук и промытый рис. Залить 2 стаканами кипятка, положить мясо мидий, посолить, поперчить. Поставить посуду на очень слабый огонь и варить до готовности.

МИДИИ ПО-БОЛГАРСКИ

500 г мидий * 3 луковицы * 3 зубчика чеснока * $^1/_2$ стакана растительного масла * 1 ст. л. томата-пюре * $^1/_4$ ч. л. красного молотого перца * 1 корень сельдерея * соль.

Отварить мидии в соленой воде и вынуть из раковин. Поджарить в подсолнечном масле мелко нарезанный лук, чеснок и сельдерей. Добавить муку, то-

мат-пюре, перец, размешать, довести до кипения и влить отвар, в котором варились мидии. Когда соус закипит, опустить в него мидии. Тушить на слабом огне 10 мин.

КОТЛЕТЫ ИЗ МИДИЙ

1 кг мидий * 100 г хлеба * 1 яйцо * 2 луковицы * 100 г маргарина * 3 ст. л. панировочных сухарей * $^1/_2$ стакана воды * соль * перец.

Отварить мидии, вынуть из раковин и нарезать. Пропустить через мясорубку кусочки мидий и хлеб, замоченный в воде. В фарш добавить пассерованный лук, яйцо, соль, перец и хорошо вымешать. Сформовать из фарша котлеты, запанировать их в сухарях и жарить на маргарине. При подаче на стол посыпать котлеты мелко нарубленной зеленью петрушки.

ЖАРКОЕ ИЗ МИДИЙ

75 г мидий * 25 г репчатого лука * коренья * специи * соль * 5 г муки * 10 г жира * 1 г чеснока * 150 г гарнира * 3 г зелени.

Мидии в раковинах выдержать 2—3 дня в холодной воде при температуре не выше 10°С. Для удаления имеющегося в них песка вскрыть раковины и мидии хорошо промыть. Замороженные мидии в брикетах необходимо оттаивать в холодной воде, разделить на отдельные экземпляры и тщательно промыть.

Промытые мидии положить в посуду, подлить немного воды, добавить измельченный репчатый лук, петрушку, сельдерей, перец горошком, соль и припустить 30—35 мин до готовности.

Готовые мидии разрезать пополам, посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить. Перед окончанием жарки добавить пассерованный лук, томат-пюре, растертый чеснок и все прогреть 2—3 мин. Подавать на блюде с отварным картофелем. Украсить зеленью.

ИКРА ПО-ГРУЗИНСКИ

200 г паюсной икры * 50 г муки * 4 луковицы * 100 г масла * 1/2 белого батона * перец.

Батон очистить от корки, смочить кипятком, растереть с паюсной икрой, прибавить муку, мелко нарезанный лук, масло, перец и, если надо, посолить. Сотейник смазать растопленным сливочным маслом, выложить в него подготовленную массу и запечь в духовке.

КРЕВЕТКИ С ГРИБАМИ

500 г креветок * 50 г шампиньонов * 1 головка репчатого лука * 170 г белого сухого вина * 30 г сливочного масла * 25 г муки * 1/2 рюмки коньяка * 100 г сливок * соль и перец — по вкусу.

В кастрюлю влить белое вино, положить лук, грибы, креветки и, не давая закипеть, прогреть на слабом огне 8—10 мин. Отвар слить и процедить. Растопить в сотейнике сливочное масло, всыпать муку, влить отвар и коньяк, положить креветки, лук и грибы, посолить, поперчить, добавить сливки, все размешать и прогреть.

КРЕВЕТКИ В ЯБЛОЧНОМ ВИНЕ

300 г креветок * 1 л яблочного вина * $^1/_2$ л воды * 1 лавровый лист * 1 веточка тимьяна * соль.

Подготовленные креветки хорошо промыть холодной водой. В кастрюлю влить яблочное вино, воду, добавить лавровый лист, тимьян, соль, положить креветки, отварить и подать к столу в теплом виде.

КРЕВЕТКИ В КЛЯРЕ

300 г креветок * 4 яичных белка * 50 г муки * 60 г жира * соль.

Креветки промыть, очистить от панциря и посолить. Взбить яичные белки, помешивая, всыпать муку. Креветки окунуть в белковую смесь и обжарить во фритюре до образования золотистой корочки. Выложить готовые креветки горкой на блюдо. Украсить зеленью петрушки, ломтиками лимона и кусочками вареного яйца.

КРЕВЕТКИ ПАНИРОВАННЫЕ

500 г креветок * 3 ст. л. муки * 1 яйцо * 2 ст. л. молотых сухарей * 190 г жира * соль — по вкусу.

Креветки очистить от панцирей, хорошо промыть в холодной воде и посолить. Затем обвалять креветки в муке, обмакнуть в яйцо, запанировать в сухарях и жарить в большом количестве жира.

КРЕВЕТКИ ПО-КИТАЙСКИ

500 г креветок * 60 г свиного сала * 10 г соевого соуса * 20 г чеснока * 20 г имбиря * 30 г зеленого лука * 10 мл рисовой водки * 20 г крахмала * 30 г сахара * 1 яичный белок * 10 мл уксуса.

Взбить белок с крахмалом, предварительно разведенным в холодной воде (1:1). Креветки нарезать кубиками, не удаляя панциря, окунуть их в смесь белка с крахмалом и поджарить во фритюре. В отдельной кастрюле вскипятить 1 стакан бульона, добавить имбирь, зеленый лук, чеснок, уксус, соевый соус и крахмал, разведенный холодной водой (1:2). Смесь проварить до загустения при непрерывном помешивании, затем положить креветки и влить рисовую водку, все прогреть. Подавать к столу в горячем виде.

КРЕВЕТКИ С КОПЧЕНОЙ ЛОСОСИНОЙ

300 г креветок * 100 г копченого лосося * майонез * соль.

Сварить подготовленные креветки в кипящей соленой воде. Копченую лососину нарезать тонкими ломтиками, смешать с креветками и полить майонезом. Украсить веточками зелени и ломтиками вареного яйца.

КРЕВЕТКИ В СОУСЕ

500 г очищенных креветок * 3 ст. л. сливочного масла * 100 г свежих грибов * $^1/_2$ головки репчатого лука * 1 долька чеснока * $^1/_2$ ст. л. муки * $^1/_2$ стакана бульона * 1 ч. л. кетчупа * 100 г сметаны * зелень * соль * перец.

Обжарить креветки в растительном масле. Вынуть креветки из жира. В посуду, где жарились креветки, положить сливочное масло, добавить грибы и обжарить их 5 мин. Затем положить лук, чеснок и жарить до готовности. Помешивая, всыпать муку, влить бульон и варить до загустения. Добавить кетчуп, сметану, довести до кипения, посолить и поперчить. Выложить креветки на блюдо и полить соусом.

КРЕВЕТКИ, ЗАПЕЧЕННЫЕ ПО-МОСКОВСКИ

750 г креветок * 400 г сметанного соуса * 20 г тертого сыра * 15 г маргарина * соль.

Креветки очистить от панциря и хорошо промыть в холодной воде. Сковороду смазать жиром, уложить на дно кружочки вареного картофеля, сверху положить креветки, посолить, залить соусом, посыпать сыром, сбрызнуть растопленным маргарином и запечь.

ЩУКА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛИМОНОМ

500 г рыбы * 1/2 стакана молотых сухарей * 1/4 лимона * 1,5 ст. л. масла * мускатный орех на кончике ножа * лавровый лист * 2 горошины душистого перца * соль * перец черный молотый.

Щуку разделать на филе и нарезать порционными кусками. Смазать сотейник маслом, выложить слой рыбы, посолить, посыпать перцем, молотым мускатным орехом, покрыть рыбу кружочками лимона, посыпать молотыми сухарями, влить немного рыбного бульона, положить кусочек сливочного масла и запечь в духовке.

ЩУКИ ПО-ИСПАНСКИ

2 маленькие щуки * 150 г сливочного масла * 70 г репчатого лука * 100 г белого вина * 1 яйцо * лимонный сок * соль * перец.

Щук очистить, выпотрошить и промыть. Смазать противень сливочным маслом, положить на него щук, покрыть кружочками лука, полить белым вином, посолить, поперчить, положить лавровый лист. Запекать в духовке 40 мин. Подавать на блюде, полив лимонным соком и яичным желтком.

ЩУКА ПО-НЕМЕЦКИ

1 щука * 150 г сливочного масла * 170 г сметаны * петрушка * соль * перец.

Щуку очистить, промыть, удалить внутренности, заполнить сливочным маслом, смешанным с мелко

4. Зак 155

нарезанной петрушкой, положить рыбу на противень, посолить, поперчить, добавить маленькие кусочки масла и поставить в горячую духовку. Подавать к столу, посыпав мелко нарезанной петрушкой.

ЩУКА В БЕЛОМ СОУСЕ

500 г рыбы * 20 г муки * 80 г подсолнечного масла * 300 г лука * 600 г гарнира * 400 г соуса * зелень * соль * перец.

Картофель нарезать кружочками и поджарить. На подсолнечном масле и рыбном бульоне приготовить жидкий белый соус. Щуку разделать на филе, нарезать порционными кусками, посолить, посыпать перцем, запанировать в муке и поджарить на подсолнечном масле. Поджаренную рыбу уложить в сотейник, закрыть кружочками картофеля, залить белым соусом, поставить на плиту и дать прокипятить. При подаче на рыбу положить репчатый лук, жаренный во фритюре, и посыпать зеленью петрушки.

ЩУКА, ЗАПЕЧЕННАЯ В СМЕТАНЕ

1 щука * 2 ст. л. сливочного масла * 700 г сметаны * 1 лимон * щепотка мускатного ореха * перец, соль — по вкусу.

Рыбу очистить, выпотрошить, промыть, натереть солью и перцем, обмазать маслом и целиком положить на сковороду. Поставить рыбу в духовку и слегка зарумянить. Затем залить сметаной, накрыть крышкой и тушить на слабом огне 30 мин. Готовую рыбу уложить на блюдо, полить лимонным соком и сметаной, посыпать тертым мускатным орехом.

ЩУКА ПОД СМЕТАННЫМ СОУСОМ

500 г филе щуки * 20 г муки * 40 г растительного масла * 1 яйцо * 20 г сыра * 650 г картофеля * 400 г соуса * зелень * перец * соль.

Подготовленные куски рыбы посолить, поперчить, обвалять в муке и обжарить на растительном сале. На сковороду налить немного сметанного соуса, положить рыбу, разместить вареный картофель, ломтики вареного яйца, залить все соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в духовке.

ЩУКА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ПОМИДОРАМИ

100 г щуки * 6 г муки * 11 г растительного масла * 107 г свежих помидоров * раковая шейка * 125 г соуса * 5 г сыра * 7 г сливочного маргарина.

Порционный кусок щуки без костей и кожи посыпать солью, запанировать в муке и жарить на сливочном масле. Свежие помидоры опустить в горячую воду, после чего снять с них кожицу, разрезать пополам, удалить семена, посыпать солью, перцем и поджарить на сковороде с жиром. На смазанную жиром порционную сковороду положить кусок жареной щуки, а сверху — поджаренные помидоры, раковую шейку или крабы, залить томатным соусом с эстрагоном, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в духовке.

ЩУКА ФАРШИРОВАННАЯ

2 кг рыбы * 100 г белого хлеба * 300 г лука * 2 свеклы * 3 моркови * 1 ст. л. сахара * 2 яйца * 1 ст. л. сливочного масла.

Рыбу очистить от чешуи, отрезать голову и, не разрезая брюшко, вынуть внутренности. Удалить из головы жабры, промыть холодной водой и нарезать рыбу поперечными кусками. Из каждого куска рыбы вырезать мякоть, не повредив кожу. Для приготовления фарша вырезанную мякоть вместе с луком и хлебом, намоченным в воде и отжатым, пропустить через мясорубку. В фарш добавить яйцо, сахар, масло, соль, перец и все перемешать. Заполнить фаршем куски рыбы в тех местах, где была вырезана мякоть. На дно кастрюли положить нарезанные кружочками овощи. Поверх овощей поместить рыбу, на которую уложить еще слой овощей. Залить рыбу с овощами холодной водой и варить на слабом огне 1,5 ч. Перед подачей на стол рыбу с овощами переложить на блюдо.

ПАРОВЫЕ БИТКИ ИЗ ЩУКИ

500 г филе щуки * 300 г стручков фасоли * 100 г мякиша белого хлеба * $^1/_2$ стакана молока * 200 г свежих грибов * 1 стакан белого столового вина * 1 яйцо и 4 ст. л. масла.

Филе щуки пропустить через мясорубку, добавить мякиш белого хлеба, смоченный в молоке, и еще раз пропустить через мясорубку. Сформовать битки, разместить их в один ряд на дне кастрюли, смазанной маслом, в промежутки положить очищенные, промы-

тые и нарезанные грибы. Сбрызнуть маслом, залить белым вином и долить бульоном, сваренным из костей рыбы, так, чтобы битки были погружены в жидкость на три четверти. Варить 20 мин. Отдельно отварить стручки фасоли и заправить их маслом. При подаче на стол битки переложить на блюдо, сверху уложить грибы, гарнировать фасолью и полить соусом.

ЩУКА В МОРКОВНО-ТОМАТНОМ СОУСЕ

700 г филе щуки * 50 г муки * 60 г сливочного масла.
Для соуса: 3 тертые моркови * $^1/_2$ стакана сливочного масла * 2 луковицы * $^3/_4$ стакана острого томатного соуса * 1 ч. л. крахмала * соль.

Филе нарезать кусочками, посолить, обвалять в муке, обжарить, выложить на блюдо и залить горячим соусом.

Приготовление соуса: морковь и лук жарить до готовности, добавить томатный сок, крахмал, соль, воду, вскипятить.

ЩУКА, ТУШЕННАЯ ПОД МОЛОЧНЫМ СОУСОМ

1 кг рыбы * соль.
Соус: 1 ст. л. сливочного масла * 1 ч. л. муки * 3 ст. л. молока * соль.

Щуку очистить, удалить внутренности, промыть, нарезать на куски. Уложить в казанок, залить молоком, посолить, тушить 25 мин, выложить на блюдо, полить молочным соусом.

РЫБА, ТУШЕННАЯ С ПОМИДОРАМИ И СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ

300 г судака * 10 г копченого сала * 30 г моркови * 6 г петрушки * 20 г муки * 100 г сладкого перца * 30 г помидоров * 75 г томатного соуса.

Филе судака нарезать на куски и уложить в сотейник. Сверху на рыбу положить ломтики копченого сала, кружочки помидоров, коренья, сладкий перец, пассерованный лук. Все залить томатным соусом и тушить до готовности.

Подавать на стол с отварным картофелем и салатом.

СУДАК, ЗАПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ

750 г рыбы * 800 г картофеля * 1 ст. л. муки * 2 ст. л. сухарей * 2—3 ст. л. масла.

Очищенную и промытую рыбу разрезать вдоль по хребту, потом нарезать поперек, посыпать перцем и уложить куски на смазанную маслом сковороду. Сверху рыбу засыпать сырым картофелем, измельченным в виде лапши. По краям сковороды уложить тонкие ломтики картофеля. Все это посолить, посыпать сначала мукой, а затем, полив рыбным бульоном, — толчеными сухарями, сбрызнуть растопленным маслом и запечь в духовке.

КОТЛЕТЫ ИЗ СУДАКА

500 г филе судака * 100 г белого хлеба * 1/2 стакана молока * 3 ст. л. сухарей и 2 ст. л. масла.

Рыбное филе пропустить через мясорубку, смешать с хлебом, размоченным в молоке, с солью и перцем, и пропустить еще раз через мясорубку. После этого в фарш добавить размягченное масло, хорошо перемешать, сделать котлеты и жарить на разогретой сковороде с маслом. При подаче на стол положить котлеты на подогретое блюдо и полить маслом.

РЫБА, ОТВАРЕННАЯ В ПЕРГАМЕНТЕ

500 г рыбы * 1 морковь * 1 головка лука * 1 ст. л. лимонного сока * 2 ст. л. масла.

Филе судака нарезать на куски, на 5 мин залить соленой водой, затем вынуть и дать стечь воде. На пергаментную бумагу, смазанную маслом, положить рыбное филе. Поверх рыбы положить масло, смешанное с перцем, натертые морковь и лук, сбрызнуть лимонным соком и посыпать зеленью. Затем сложить края бумаги в виде пакета, перевязать шпагатом, варить 15 мин на слабом огне.

СУДАК, ЗАПЕЧЕННЫЙ В РАКОВИНАХ

30 г филе судака * 3 г жира * 5 г белых грибов или шампиньонов * 8 г парового соуса * 30 г молочного соуса средней густоты * 2 г сыра * 1 маслина * 1 раковая шейка (на одну порцию).

Филе судака нарезать продолговатыми ломтиками по 10—15 г, припустить, добавить готовые ломтики свежих грибов, прогретые в паровом соусе. Металлические формочки для запекания в виде раковин смазать сливочным маслом, налить немного молочного соуса, положить горкой припущенную рыбу, затем грибы и все залить молочным соусом, после чего посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным сливочным маслом и запечь. При подаче сверху положить маслину без косточки или раковую шейку.

СУДАК В ТОМАТНОМ СОУСЕ С ГРИБАМИ

40 г судака * 30 г шампиньонов * 1 раковая шейка * 1 лимон * 25 г соуса.

Припущенные кусочки филе судака уложить на порционную сковороду. На рыбу положить прогретые шампиньоны и полить томатным соусом. При подаче блюдо довести до кипения, украсить раковыми шейками и кружочками лимона.

СУДАК ОТВАРНОЙ С СОУСОМ

125 г судака * 4 моркови * 4 головки репчатого лука * 3 г петрушки * 50 г соуса.

В сотейник положить куски судака, залить горячей водой, добавить овощи и специи, довести до кипения и варить без кипения 15 мин. Отваренный кусок судака положить на подогретое блюдо, сбоку уложить отварной картофель, полить рыбу соусом. Блюдо украсить зеленью петрушки.

СУДАК В КРАСНОМ ВИНЕ

500 г рыбы * 1 стакан красного столового вина * 1 ст. л. муки * 800 г картофеля * 1 корень петрушки * 1 луковица * 2 ст. л. масла.

На дно кастрюли положить очищенные, промытые и нарезанные петрушку и лук, прибавить 4 бутона гвоздики, немного перца, лавровый лист. Поверх кореньев поместить подготовленную и нарезанную на куски рыбу, посолить, залить красным столовым вином, стаканом бульона или воды. Накрыть кастрюлю крышкой и варить 15—20 мин. При подаче на стол куски рыбы переложить на подогретое блюдо, полить соусом и гарнировать отварным целым картофелем.

СУДАК В БЕЛОМ ВИНЕ

500 г судака * $^1/_2$ стакана столового вина * 200 г свежих грибов * 1 ст. л. муки * 1 яйцо * 200 г белого хлеба * 4 ст. л. масла.

Филе судака, нарезанное на куски, и ломтики грибов уложить в кастрюлю, посолить, поперчить, влить белого вина и $^3/_4$ стакана бульона. Варить рыбу 15—20 мин.

Мякиш булки нарезать ломтиками и поджарить на масле. При подаче на стол положить на подогретое блюдо ломтики булки и на каждый из них — кусок рыбы, на которой уложить грибы. Залить рыбу белым вином.

ОТВАРНАЯ РЫБА ПОД МАЙОНЕЗОМ

1 кг судака * 150 г майонеза * 1 яйцо * 2 моркови * корень петрушки * 1 луковица * перец * 2 лавровых листа.

Рыбу очистить, промыть, нарезать кусочками. Залить холодной водой, добавить морковь, петрушку, лук, перец, лавровый лист. Варить 20 мин. После чего рыбу вынуть, охладить, удалить кости. Выложить рыбу на блюдо, полить майонезом. Украсить мелко нарезанным крутым яйцом.

СУДАК ЖАРЕНЫЙ ФРИ С ЗЕЛЕНЫМ МАСЛОМ

30 г судака * 2 г муки * 2 яйца * 5 г сухарей * 3 г жира * 4 г зеленого масла * 1 г зелени.

Для зеленого масла: **850 г сливочного масла * 150 г зелени петрушки * 1 лимон.**

Филе судака посолить, обвалять в муке, смочить в яйце, запанировать в сухарях и жарить во фритюре. Положить рыбу на блюдо, на каждый кусочек рыбы поместить по кружочку зеленого масла и украсить зеленью.

Для приготовления масла зеленого измельчить зелень петрушки, соединить с размягченным сливочным маслом, добавить соль, лимонный сок и все перемешать до образования однородной массы.

СУДАК РУБЛЕНЫЙ В СУХАРЯХ

85 г судака * 17 г лука * 8 г молока * 4 г яйца * 12 г сухарей * 10 г сала * 150 г гарнира * 50 г соуса * зелень петрушки.

Мякоть судака без кожи и костей нарезать на кусочки, перемешать с измельченным луком, зеленью петрушки и изрубить ножом. Из полученной массы сформировать изделия овальной формы, окунуть их в льезон, запанировать в сухарях и жарить. Жареные кусочки судака положить на блюдо, рядом уложить отварной картофель. В соуснике подать томатный соус и полить им рыбу.

КОРЗИНОЧКИ С СУДАКОМ В ТОМАТНОМ СОУСЕ

1 корзиночка * 5 г грибов * 25 г судака * 15 г соуса * 3 г крабов.

Филе судака нарезать кусочками и припустить, добавить припущенные грибы и прогреть. После этого бульон слить, влить томатный соус, проварить. Корзиночки из слоеного или сдобного теста наполнить подготовленным судаком и украсить кусочками краба или раковой шейкой.

ОСЕТРИНА ПО-ДЕРЕВЕНСКИ

300 г филе рыбы * 10 г моркови * 15 г петрушки * 17 г соленых огурцов * 17 г грибов белых свежих * 10 г оливок * 15 г репчатого лука * 75 г томатного соуса * 10 г лимона.

В небольшом количестве бульона с добавлением огуречного рассола проварить морковь, петрушку, грибы, репу, репчатый лук и соленые огурцы. Овощи нарезать кусочками. В сотейник положить рыбное филе, залить бульоном с кореньями, дать немного постоять до готовности с добавлением томата-пюре.

ГОРБУША, ЖАРЕННАЯ В ТЕСТЕ (ОРЛИ)

250 г филе * 5 ст. л. муки * 2 яйца * 100 г растительного масла.

Смешать в миске соль, муку, растительное масло и немного теплой воды. Рыбное филе нарезать кусочками, посолить, полить лимонным соком и оставить

на 20 мин. Перед тем как жарить рыбу, добавить в тесто яйцо. Каждый кусочек рыбы наколоть вилкой и обмакнуть в тесто. Жарить в разогретом растительном масле.

БЕЛУГА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ПОМИДОРАМИ

130 г белуги * 126 г соуса * 100 г свежих помидоров * 6 г сыра * 8 г топленого масла * 7 г сливочного масла.

Порционный кусок рыбы, без кожи и хрящей, припустить в бульоне до готовности. На порционную сковороду, налить немного красного соуса с луком и грибами, положить кусок припущенной рыбы, а сверху — половинку поджаренных помидоров. Все залить красным соусом с луком и грибами, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в духовке. Подать в порционной сковороде, посыпав зеленью.

ПОДЖАРКА ИЗ БЕЛУГИ

40 г белуги * 3 г муки * 7 г топленого масла * 20 г репчатого лука * 15 г томатного соуса.

Обработанную сырую белугу, нарезанную брусочками, без кожи и хрящей, и запанированную в муке, поджарить, добавить мелко нарезанный лук, залить томатным соусом и прокипятить. Положить рыбу на порционную сковороду. Прогреть на плите и посыпать зеленью петрушки или укропа.

БЕЛУГА В РАССОЛЕ

40 г белуги * 8 г белых грибов * 10 г хрящей * 8 г соленых огурцов.

Белые грибы и сваренные хрящи рыб осетровых пород нарезать ломтиками. Соленые огурцы очистить от кожицы, нарезать в виде ромбиков и припустить.

Небольшие кусочки белуги, припущенные с добавлением огуречного рассола, положить на порционную сковороду, уложить подготовленный гарнир, залить белым соусом с рассолом и прогреть. Украсить рыбу кружочками очищенного лимона.

СЕВРЮГА ЖАРЕНАЯ

120 г севрюги * 6 г муки * 6 г растительного масла * 7 г сливочного масла * 50 г гарнира * 8 г лимона.

Порционный кусок сырой рыбы без кожи и хрящей ошпарить, промыть холодной водой, посыпать солью, перцем, запанировать в муке и жарить с обеих сторон, после чего поставить в духовку на 7—10 мин. Жареный кусок севрюги положить на блюдо, сбоку рыбы уложить жареный картофель. Рыбу полить сливочным маслом и положить дольку лимона. В соуснике подать соус томатный с эстрагоном.

СЕВРЮГА В ТОМАТЕ С ГРИБАМИ

500 г рыбы * 200 г свежих белых грибов * 3 ст. л. белого вина * томат-пюре по вкусу * 1 ч. л. муки * 2 ст. л. масла.

Подготовленную рыбу нарезать на куски, ошпарить кипятком и обмыть холодной водой. Очистить, промыть и нарезать грибы. Разместить все в кастрюле. Посолить, посыпать перцем, полить белым вином, влить стакан бульона, смешанного с томатом-пюре, накрыть кастрюлю крышкой и варить рыбу 25 мин.

Подавать рыбу с отварным картофелем и малосольными огурцами.

СЕВРЮГА ОТВАРНАЯ

150 г севрюги * 4 г моркови * 4 г лука * по 3 г петрушки и сельдерея * специи * 50 г соуса * 1 рак.

Порционные куски рыбы отварить с добавлением моркови, репчатого лука, петрушки, сельдерея, соли, перца горошком и лаврового листа. Отварной кусок севрюги положить на блюдо, сбоку рыбы уложить отварной картофель и украсить зеленью. На зелень можно положить целого отварного рака. В соуснике подать соус голландский или раковый.

СТЕРЛЯДЬ ЖАРЕНАЯ ЦЕЛИКОМ (ГРИЛЬЕ)

200 г стерляди * 25 г сливочного масла * 20 г сухарной крошки * $^1/_4$ лимона * 75 г томатного соуса * 10 г зелени петрушки.

Целую стерлядь очистить от слизи, разрезать брюшко по всей длине, выпотрошить, удалить пленки и с внутренней стороны вытянуть визигу при помощи поварской иглы.

С нижней стороны разрубить голову до спинной части и удалить жабры. Затем с внутренней стороны брюшка разрезать спинной хрящ от головы до хвоста и распластовать рыбу со стороны брюшка так, чтобы спинка осталась целой, после чего с внутренней стороны срезать хребтовые хрящи и промыть рыбу. Стерлядь посыпать солью, перцем, окунуть в растопленное сливочное масло и запанировать в сухарях. На разогретую решетку, помещенную над горящими углями, положить рыбу и жарить до образования поджаристой корочки, затем поставить в духовку на 3—5 мин. Готовую стерлядь украсить лимоном и веточками зелени. К рыбе подать горячий томатный соус.

СТЕРЛЯДЬ ПАРОВАЯ

1 стерлядь * 150 г бульона * 15 г белого вина * 40 г грибов * петрушка * лук * сельдерей * 15 г крабов * $^1/_2$ лимона * зелень * 100 г соуса.

Подготовленную стерлядь хорошо промыть, посыпать солью и перцем. В хвостовой части сделать разрез, свернуть рыбу в виде кольца, введя нос в разрез хвоста. Уложить рыбу, смазанную жиром, в круглый

сотейник, добавить бульон, вино, петрушку, сельдерей, лук и припустить. Готовую стерлядь положить на блюдо, гарнировать отварными грибами, крабами, залить паровым соусом, украсить клешнями вареных раков, кружочками лимона, зеленью.

ФОРЕЛЬ ПРЯНАЯ

1 форель * $^1/_2$ стакана белого вина * 1 бутон гвоздики * 1 морковь * 1 луковица * 20 г сливочного масла * лавровый лист * соль * перец * лимон.

Подготовленную форель отварить. Очистить и нарезать лук и морковь. Растопить сливочное масло на сковороде, обжарить на нем овощи, посолить, поперчить, добавить гвоздику, лавровый лист, влить белое вино и вскипятить. Опустить форель в полученный соус и проварить 10 мин. При подаче на стол форель можно украсить ломтиками лимона.

ФОРЕЛЬ В ФОЛЬГЕ

2 форели * 30 г сливочного масла * 150 г шампанского * 150 г сливок * соль * перец.

Обработанную форель посолить, поперчить, положить на противень, смазанный сливочным маслом, влить шампанское и накрыть фольгой, смазанной маслом. Противень поставить в разогретую духовку на 15 мин. Периодически поливать соусом из рыбы. Затем вынуть из духовки, соус процедить и ввести в него сливки. Довести соус до кипения, посолить, поперчить и добавить сливочное масло. При подаче полить форель соусом, украсить зеленью петрушки.

ФОРЕЛЬ ПО-АРМЯНСКИ (КУТАП)

1 кг форели * 70 г сливочного масла * 50 г риса * 50 г изюма * 1 ч. л. имбиря.

Нафаршировать форель отварным рисом, изюмом, маслом, имбирем, уложить рыбу на противень, смазанный маслом, и поставить в духовку. Запечь форель до готовности.

ФОРЕЛЬ ПО-АМЕРИКАНСКИ

500 г форели * 1 ст. л. муки * 2 ст. л. коньяка * 1 ч. л. томата-пюре * $^1/_2$ луковицы * 1 зубчик чеснока * 1 стакан белого вина * подсолнечное масло * 1 лимон * 1 бутон гвоздики * 50 г рыбного бульона * мускатный орех * соль.

Обвалять подготовленную рыбу в муке и обжарить до золотистого цвета на сковороде в разогретом подсолнечном масле. Влить 1 ст. л. коньяка и вынуть рыбу. Процедить масло, слить в кастрюлю, добавить белое вино, томат-пюре, гвоздику, 1 ст. л. коньяка, немного мускатного ореха, мелко нарезанный лук и чеснок и влить бульон. Соус прокипятить, положить в него форель и тушить 20 мин.

ИШХАН (СЕВАНСКАЯ ФОРЕЛЬ) ПО-ЕРЕВАНСКИ

2 форели * 200 г сухого белого вина * 60 г нарезанного зеленого лука * 1 ст. л. эстрагона (мелко нарубленного) * 70 г алычи * $^1/_2$ граната * душистый перец горошком * соль * перец черный молотый.

Форель выпотрошить, не разрезая брюшка, посолить и поперчить изнутри. Измельчить алычу, лук, эстрагон и гранат, смешать и нафаршировать этой смесью форель. Припустить рыбу в вине на очень слабом огне.

ФОРЕЛЬ ТУШЕНАЯ

3 форели * 30 г лука-шалота * $^1/_2$ лимона * 100 г сухого белого вина * соль * перец.

Подготовленную рыбу уложить на слой мелко нарезанного лука-шалота на противень.

Затем посолить, поперчить, полить белым сухим вином и лимонным соком. Поставить противень в духовку и тушить на среднем огне 20 мин.

Подавать на стол, украсив зеленью и дольками лимона.

ФОРЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ

3 форели * 150 г сметаны * подсолнечное масло для жарки * 2 ст. л. муки * по 1 ст. л. зелени укропа и петрушки * соль — по вкусу.

Форель почистить, выпотрошить, отрезать головы и хорошо промыть холодной водой. Посолить рыбу

снаружи и изнутри и нафаршировать мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки. Обвалять в муке и поджарить на подсолнечном масле. Готовую форель залить сметаной и поставить на слабый огонь на 5 мин.

ФОРЕЛЬ С МИНДАЛЕМ

2 форели * 1 ст. л. муки с солью и перцем * 20 г измельченного миндаля * $^{1}/_{4}$ лимона * 40 г сливочного масла * 1 ст. л. кукурузного масла.

Подготовленную рыбу обвалять в муке, смешанной с солью и перцем. Растопить на сковороде сливочное масло, влить кукурузное масло и обжарить рыбу с двух сторон. Вынуть рыбу, дать стечь маслу и остудить. В чистой сковороде растопить сливочное масло и поджарить миндаль до коричневого цвета. Снять с огня и влить лимонный сок. Подать рыбу, полив этой смесью.

ФОРЕЛЬ ЖАРЕНАЯ ПО-АНГЛИЙСКИ

400 г форели * 40 г молока * 50 г овсяной муки * 20 г жира * соль.

Нарезать форель на куски. В молоке растворить соль и всыпать немного перца. Опустить форель в молочную смесь, обвалять в овсяной муке и обжарить с обеих сторон на сковороде с жиром. Подавать на стол с ломтиками лимона и веточкой любой зелени.

ФОРЕЛЬ НА ВЕРТЕЛЕ

Форель массой 340 г * 5 г сливочного масла * 10 г зелени * 17 г лимона * специи * соль.

Рыбу очистить, выпотрошить, не разрезая брюшка, со стороны головы, через отверстия, оставшиеся после удаления жабер, тщательно промыть и обсушить полотенцем. Острым ножом сделать надрезы кожи в нескольких местах, чтобы рыба при жаренье не деформировалась. Посыпать солью, красным перцем, надеть на шпажку и жарить над раскаленными углями без пламени, периодически поворачивая и смазывая сливочным маслом.

Подают на блюде, украсив кружочками лимона и зеленью.

ФОРЕЛЬ ЖАРЕНАЯ ФРИ

100 г форели * 6 г муки * 6 яиц * 8 г молока * 15 г сухарей * 75 г соуса майонез * 10 г сливочного масла * зелень * соль.

Порционный кусок рыбы без кожи и костей посыпать солью, запанировать в муке, окунуть в льезон и снова запанировать в сухарях. Обжарить рыбу во фритюре. Готовую форель положить на порционное блюдо, украсить зеленью и лимоном.

ФОРЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЯЙЦОМ

300 г форели * 20 г топленого масла * 1 яйцо * перец * соль * зелень петрушки.

Подготовленную рыбу распластать, не разрезая спинки, и жарить в масле с обеих сторон на порционной сковороде до образования золотистой корочки. Обжаренную рыбу залить взбитыми яйцами и запекать в духовке 3—5 мин.

Подают в той же сковороде, посыпав зеленью эстрагона.

ФОРЕЛЬ ОТВАРНАЯ (КОЛЬЦОМ)

Форель массой 200—250 г * 4 г моркови * 4 г репчатого лука * 3 г петрушки * 10 г уксуса * 100 г гарнира * 75 г соуса.

Форель очистить от чешуи, разрезать брюшко, выпотрошить, из головы удалить жабры и хорошо промыть. Затем форель свернуть в виде кольца и, подведя хвост к голове, сшить, для чего пропустить иглу со шпагатом через глазные впадины головы и хвостовой плавник.

Подготовленную форель положить в сотейник, залить водой, добавить репчатый лук, петрушку, морковь, соль, перец, лавровый лист, немного уксуса и варить до готовности. Отварной кусок форели освободить от шпагата, положить на блюдо, рядом уложить горячий отварной картофель, украсить зеленью. В соуснике подать соус: голландский, раковый или польский.

ФОРЕЛЬ В ВИНЕ

1 кг форели * 250 г красного вина * $^1/_2$ лимона * 1 ст. л. зелени петрушки * 4 ст. л. муки * 100 г сливочного масла * лавровый лист * лук.

Вино, зелень петрушки, лук, лавровый лист и сок лимона варят под крышкой до размягчения лука. Затем вводят муку и подогревают соус до загустения. Очищенную и выпотрошенную форель обваливают в муке, поджаривают в масле с двух сторон и кладут на 30 мин в соус. Соус с форелью ставят на очень слабый огонь и томят без кипения.

Готовую форель перекладывают на блюдо и поливают соусом.

ЛЕЩ С ТУШЕНОЙ КАПУСТОЙ

1 кг рыбы * 4 ст. л. растительного масла * 1 кг тушеной капусты * 1 ст. л. сливочного масла * соль * перец.

Леща выпотрошить, промыть и нарезать небольшими кусочками. Потушить капусту. Подготовленные куски леща посолить, посыпать перцем, обвалять в муке и обжарить в масле с двух сторон. Готовую рыбу положить на блюдо, полить сливочным маслом, вокруг уложить капусту.

САЛАТ ИЗ ЖАРЕНОГО ЛЕЩА

500 г рыбы * 50 г растительного масла * 1 банка майонеза * 300 г помидоров * 1 луковица * 1 ст. л. сахара * 1 ст. л. уксуса * 1 ст. л. зелени укропа * соль — по вкусу.

Разделав леща на филе, нарезать небольшими ломтиками и обжарить в растительном масле. Вынуть рыбу, дать стечь маслу, сбрызнуть уксусом и остудить. Нарезать помидоры кружочками, а лук — колечками. Уложить в салатник помидоры, лук и рыбу слоями. Майонез смешать с сахаром, залить им салат, посыпать зеленью.

ЗАПЕКАНКА ИЗ ЛЕЩА

500 г филе леща * 20 г булки * 50 г шпика * 1 яйцо * 1 ст. л. сливочного масла * 50 г лука * 1 крупная морковь * 1 ст. л. сметаны * сыр * соль * перец * мускатный орех.

Пропустить через мясорубку филе и шпик, добавить обжаренную в сливочном масле луковицу и смоченную водой булку, все еще раз пропустить через мясорубку. Положить в фарш сметану, соль, перец, яйцо, вымесить, сформовать из фарша «батон». Дно сотейника выложить нарезанной морковью, уложить «батон» из фарша, обмазать его маслом, подлить воды и жарить в духовке 50 мин. За 10 мин до готовности посыпать запеканку тертым сыром.

ЛЕЩ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ

100 г леща * 6 г муки * 11 г жира * 7 г сливочного маргарина * 150 г гарнира * 125 г соуса.

Порционные куски рыбы с кожей и костями посыпать солью, запанировать в муке и обжарить. Готовый кусок рыбы положить на смазанную жиром порционную сковороду. Вокруг расположить кружочки вареного картофеля, все залить сметанным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в духовке. При подаче посыпать зеленью.

КАРП ЖАРЕНЫЙ

500 г карпа * 50 г чеснока * 100 г подсолнечного масла * соль * перец * зелень петрушки.

Очищенную и промытую рыбу нарезать порционными кусками, натереть каждый растертым с солью чесноком и обжарить с обеих сторон на подсолнечном масле. К столу подают с отварным картофелем, посыпав рубленой зеленью петрушки.

ЗАПЕКАНКА ИЗ ИКРЫ С КАРТОФЕЛЕМ

200 г икры свежей рыбы * 500 г картофеля * 100 мл молока * 40 г маргарина * 30 г сметаны * соль — по вкусу * 20 г зелени.

Охлажденный вареный картофель вместе со свежей рыбной икрой пропустить через мясорубку с частой решеткой, добавить кипяченое молоко, соль и

хорошо выбить. Массу выложить на смазанную жиром форму, смазать поверхность сметаной и запечь в духовке. Подать на стол, посыпать мелко нарезанной зеленью.

КАРП В ЯБЛОЧНОМ СОУСЕ

200 г рыбы * 50 г шпика * 1 луковица * 4—5 яблок * 250 г сметаны * лимонный сок или уксус * соль.

Очищенного и промытого карпа разделать на филе, нарезать на куски, сбрызнуть лимонным соком и посолить. Шпик нарезать кубиками, растопить и потушить в нем мелко нарезанный лук. Добавить очищенные и нарезанные дольками яблоки. Через несколько минут положить куски рыбы, накрыть крышкой и тушить. Незадолго до окончания тушения влить сметану.

КАРП, ЗАПЕЧЕННЫЙ В ДУХОВКЕ

250 г карпа * 30 г копченого сала * 20 г сметаны * 120 г картофеля * 30 г лука * 8 г сливочного масла * 3 г паприки * 20 г помидоров * 20 г сладкого перца * 3 г муки * 3 г соли.

Разрезанную на филе рыбу нарезать на куски, сделать неглубокие надрезы и нашпиговать тонкими ломтиками копченого сала, посыпать солью и красной паприкой. На смазанный маслом противень уложить нарезанный кружочками полусваренный картофель, на который положить рыбу. Сверху положить нарезанные помидоры, сладкий перец, лук. Полить маслом, сметаной и запечь в духовке.

ПЕРКЕЛЬТ ИЗ КАРПА

300 г карпа * 40 г лука * 4 г паприки * 5 г жира * 50 г сладкого перца * 60 г помидоров * соль.

Карпа обработать и нарезать на кусочки. В сотейнике обжарить лук, посолить, посыпать паприкой. Уложить кусочки рыбы, помидоры, сладкий перец и тушить с добавлением рыбного бульона на слабом огне до готовности. На гарнир подать отварной картофель.

КАРП ФАРШИРОВАННЫЙ

208 г карпа * 40 г растительного масла * 20 г репчатого лука * 3 г зелени петрушки * 60 г муки * 80 г грецких орехов * перец * соль.

Очищенного от чешуи и промытого карпа разрезать по спине, вынуть позвоночные кости, через это отверстие выпотрошить, промыть и нафаршировать. Фарш приготовить из пассерованного лука, мелко изрубленных молок и икры, зелени петрушки, толченых грецких орехов. Заправить фарш перцем и солью. Фаршированную рыбу зашить и завернуть в фольгу. Затем поставить запекать в духовку.

КАРП, ТУШЕННЫЙ С ЛУКОМ И ПОМИДОРАМИ

200 г карпа * 20 г лука * 40 г сока томатного * 150 г жареного картофеля * 2 г соли * 30 г белого вина * 10 г сливочного масла * 40 г помидоров * 3 г зелени.

Нарезанный лук залить водой, довести до кипения, откинуть на сито, охладить и положить в кастрюлю, затем прибавить сливочное масло, томатный сок, очищенные и мелко нарезанные помидоры, влить белое вино и посолить. Пластованного, нарезанного кусками и посоленного карпа положить на лук и помидоры, накрыть крышкой и тушить в духовке 30 мин, затем вынуть, а лук и помидоры протереть через сито.

На гарнир подать жареный картофель и посыпать зеленью. Полить образовавшимся соусом.

КАРП С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ

240 г карпа * 167 г капусты * 7 г муки * 20 г томата-пюре * 40 г сливочного масла * 18 г лука * перец * соль.

Очищенного и промытого карпа разделать на филе, нарезать на порции, посолить, посыпать черным перцем, запанировать в муке и обжарить до получения румяной корочки. Отдельно спассеровать лук и томат-пюре, добавить нашинкованную капусту, посолить, прибавить воду или бульон и тушить до мягкости. Затем капусту переложить на противень, а сверху положить куски рыбы и запечь в духовке.

КАРП В ПИВЕ

270 г карпа * 10 г жира * 5 г муки * 10 г пряника * 5 г лука * 20 г пива * 3 г соли * 1 г гвоздики * 75 г соуса.

Обработанную и разделанную на филе рыбу нарезать на порции и припустить до готовности. Из пассерованных лука и муки, растертого и размоченного в пиве пряника и рыбного бульона приготовить соус, добавить пассерованные коренья и специи. Все проварить. Соус процедить, протереть через сито и полить рыбу.

КАРП ПО-ВЕНГЕРСКИ

270 г карпа * 68 г моркови * 76 г капусты свежей * 40 г корня петрушки * 20 г сельдерея * 20 г лука * 50 г вина * 15 г сливочного масла * 50 г белого хлеба * 3 г соли.

Карпа разделать на филе (с кожей, но без костей), нарезать из расчета 2 ломтика на порцию и посолить. Обработать и нарезать соломкой овощи. Потушить их, добавив сливочное масло, и за 10 мин до готовности уложить рыбу, залить вином, уварить до готовности и испарения жидкости наполовину. Подавать на стол с гренками.

КАРАСЬ ОТВАРНОЙ

300 г рыбы * 100 г сметаны * 1 ст. л. молотых сухарей * 1 луковица * лавровый лист, зелень и соль — по вкусу.

Рыбу почистить, выпотрошить, промыть в холодной воде. Сотейник залить горячей водой, положить

рыбу, добавить соль, лавровый лист, луковицу, зелень укропа или петрушки. Варить до готовности. Добавить сметану, рыбный бульон, молотые сухари, соль, вскипятить и варить до загустения. Выложить рыбу на блюдо и залить соусом.

БЕЛОРУССКИЕ «ГАЛКИ» ИЗ КАРАСЯ

700 г карася * 4 ст. л. муки * 2 ст. л. укропа * 2 ст. л. зелени петрушки * 3 луковицы * 2 яйца * 3 ч. л. сливочного масла * 2 ч. л. соли * 1,5 ч. л. молотого перца.

Рыбу очистить от чешуи, выпотрошить, промыть и отделить мякоть от костей. Мякоть размять, не пропуская через мясорубку. Лук мелко нарезать, добавить укроп, перец, соль, рыбное пюре; все растереть в ступке. Муку развести в молоке, влить яйца, перемешать и соединить с рыбным фаршем. Из голов и хвостов карасей сварить бульон, посолить и отварить в нем «галки». Готовые «галки» вынуть из бульона и подать с маслом.

КАРАСИ ЖАРЕНЫЕ С СОУСОМ ТКЕМАЛИ

1,5 кг карасей * 70 г масла * 1 стакан ткемали (сливы) * чеснок * зелень кинзы * соль.

Подготовленных карасей обжарить в масле с обеих сторон. Ткемали отварить в стакане воды, протереть через сито, добавить соль, чеснок, зелень кинзы, все перемешать. Жареную рыбу выложить на блюдо и залить соусом ткемали.

КАРАСИ С ГРАНАТОВЫМ СОУСОМ

500 г карасей * 2 ст. л. растительного масла * 3 больших граната * долька чеснока * соль.

Карасей очистить от чешуи, выпотрошить, промыть, обсушить, посыпать солью и, обваляв в муке, обжарить на растительном масле до образования золотистой корочки. Из зерен граната выдавить сок, добавить в него чеснок, толченный с солью, и перемешать. Готовую рыбу выложить на блюдо и полить гранатовым соусом.

КАРАСИ ПО-ФРАНЦУЗСКИ

2 кг карасей * 4 ст. л. муки * 1 стакан молока * 2 стакана пива * масло для жаренья * соль.

Подготовленных карасей залить молоком и оставить на 30 мин. Приготовить жидкое тесто из муки и пива. Карасей вынуть из молока, обсушить, посолить, обмакнуть каждую рыбку в тесто и жарить в сильно нагретом масле. Уложить поджаренных карасей горкой на блюдо и посыпать зеленью петрушки.

ЗАПЕКАНКА ИЗ КАРАСЕЙ С ГРИБАМИ

1 кг карасей * 60 г муки * 150 г топленого масла * 700 г свежих белых грибов * 25 г сливочного масла * 1 яйцо * 50 г репчатого лука * 70 г сыра * 850 г соуса * соль * зелень.

С обработанных карасей срезать филе, посолить, запанировать в муке и обжарить в масле. Уложить

филе в сотейник, сверху положить поджаренные белые грибы, пассерованный лук и ломтики вареного яйца, залить все сметанным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь. При подаче посыпать рыбу зеленью.

КАРАСЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ ПО-ДОМАШНЕМУ

700 г карасей * 250 г сметаны * 80 г сливочного масла * 100 г репчатого лука * специи и соль.

Карасей очистить, выпотрошить и положить в соленое молоко на 30 мин. Затем рыбу вынуть, обсушить, посыпать солью, обвалять в муке и слегка обжарить. В сотейник уложить рыбу, залить сметаной, добавить мелко нарезанный лук и запечь в духовке до готовности.

КАРАСЬ ПО-МОСКОВСКИ

1 кг рыбы * 50 г муки * 90 г топленого масла * 700 г картофеля * 800 г соуса * 20 г сыра * 20 г молотых сухарей * зелень * перец * соль.

Карасей посолить, поперчить и обжарить целиком на топленом масле. В порционную сковороду влить немного сметанного соуса, уложить на него рыбу, рядом положить отварной картофель, залить все соусом, посыпать сухарями, тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь до образования румяной корочки. При подаче посыпать зеленью.

КАРАСИ С ГРЕЧНЕВОЙ КАШЕЙ

2 кг карасей * 600 г гречневой крупы * 100 г муки * 200 г жира * 60 г сыра.

Подготовленную рыбу поджарить. Сварить рассыпчатую гречневую кашу. Приготовить сметанный соус. На подмасленный противень уложить гречневую кашу, сверху положить жареную рыбу, залить все сметанным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть растопленным маслом и запечь в духовке.

КЕБАБ ИЗ КАРАСЕЙ

1 кг карасей * 5 луковиц * 7 стручок сладкого болгарского перца * 5 помидоров * 2 стакана растительного масла * красный молотый перец, соль — по вкусу.

Спассеровать с подсолнечным маслом мелко нарезанный лук, добавить нарезанный перец и кружочки помидоров, все прожарить. Когда сок помидоров немного выпарится, посолить смесь, посыпать перцем и размешать. Карасей очистить, промыть и посолить. Застелить бумагой дно сотейника так, чтобы ее края были выше краев посуды. Выложить рыбу, залить смесью и завернуть края фольги конвертом. Полить бумагу сверху подсолнечным маслом и запечь.

5. Зак 155

КАРАСИ, ТУШЕННЫЕ С КОРЕЙКОЙ

500 г карасей * 3 картофелины * 1/4 стакана сметаны * 80 г копченой корейки * 2 головки репчатого лука * соль и перец — по вкусу.

Карасей очистить от чешуи, выпотрошить, промыть, посолить и посыпать перцем. Сотейник смазать жиром, положить на дно нарезанный сырой картофель, посолить, сверху уложить карасей, посыпать измельченным луком и копченой корейкой, нарезанной мелкими кусочками. Влить немного воды и тушить в духовке 20 мин. Затем вынуть, добавить сметану и довести до готовности в не слишком горячей духовке.

КАРАСИ С ОВОЩАМИ

500 г рыбы * 500 г картофеля * по 100 г лука и моркови * по 20 г петрушки и сельдерея * лавровый лист * соль * перец.

Овощи крупно нарезать, уложить на дно кастрюли, сверху положить подготовленных карасей, залить водой, добавить соль, лавровый лист, перец горошком и варить до готовности под закрытой крышкой. Подавать со сметаной.

КАРАСЬ ЖАРЕНЫЙ

5 карасей * $^1/_2$ стакана муки * 3 яйца * 2 стакана сметаны * 2 луковицы * 100 г масла * соль.

Карасей очистить, выпотрошить, вымыть в холодной воде, затем вытереть насухо полотенцем, обвалять в муке. Лук мелко нарубить, влить яйца, добавить сметану и соль, все смешать и поджарить на масле. Затем остудить и обвалять в полученной массе подготовленных карасей. Положить карасей на сковороду и обжарить с двух сторон, после чего взять 2 стакана сметаны, добавить в нее муку, бульон и вскипятить. Перед подачей на стол полить этим соусом карасей.

КАРАСЬ ТУШЕНЫЙ

1 кг рыбы * 200 г моркови * 200 г репчатого лука * 100 г подсолнечного масла * $^1/_2$ стакана томата-пюре * лавровый лист * соль * перец * $^1/_2$ стакана уксуса * $^1/_2$ стакана воды.

Рыбу очистить от чешуи, отделить головы, выпотрошить, промыть и положить в дуршлаг. Когда вода стечет, посыпать рыбу солью и перцем. Морковь и лук вымыть, нашинковать соломкой и слегка поджарить на подсолнечном масле, затем прибавить томат-пюре, лавровый лист и прокипятить.

Уложить рыбу рядами в кастрюлю, перекладывая каждый ряд подготовленной овощной смесью, залить столовым уксусом, предварительно разбавленным таким же количеством воды, и тушить в духовке 3 ч.

Блюдо подается как холодная закуска.

КОРЮШКА ПОД МАРИНАДОМ

500 г корюшки * 2 стакана воды * 1 яйцо * 30 г муки * 200 г сухарей * 40 г растительного масла * 2 лавровых листа * 1 бутон гвоздики * перец горошком * 10 г сахара * по 30 г моркови и петрушки * 20 г сельдерея * 50 г репчатого лука * 1/2 стакана уксуса * соль — по вкусу.

Лук нарезать кольцами, морковь, петрушку и сельдерей порезать брусочками. Опустить овощи в кипящую воду, добавить гвоздику, лавровый лист, душистый перец горошком и варить на слабом огне. Через 15 мин добавить к кореньям соль, сахар, уксус и варить до готовности.

Подготовленную корюшку посолить, обвалять в муке, обмакнуть в яйцо, запанировать в сухарях и обжарить на растительном масле. Остудить рыбу, залить охлажденным маринадом и поставить в холод на 5 часов. При подаче к столу посыпать корюшку укропом.

КОРЮШКА ПО-ВЕНГЕРСКИ

1 кг рыбы * 4 головки репчатого лука * 2 яйца * 100 г 3 %-ного уксуса * 1 стакан растительного масла * соль — по вкусу.

Корюшку вычистить, выпотрошить, промыть, посолить и поставить на час в холодильник. Лук мелко нарезать, заправить уксусом, солью и сахаром.

Рыбу обмакнуть в яйцо, запанировать в муке и обжарить в растительном масле. В эмалированную посуду слоями выложить рыбу и лук. Уксус вскипятить и залить им подготовленную рыбу. Посуда с

рыбой должна постоять на холоде 4—5 часов. Подавать блюдо на стол можно с овощным салатом.

КОРЮШКА, ТУШЕННАЯ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ

700 г корюшки * 150 г зеленого лука * 50 г жира * молотый черный перец, соль — по вкусу.

Рыбу очистить, удалить внутренности и жабры, хорошо промыть, посолить, посыпать молотым перцем. В смазанный жиром сотейник уложить рыбу в один ряд, густо засыпать ее мелко нарезанным зеленым луком, сверху уложить еще один слой рыбы и снова засыпать луком, заполнив таким образом сотейник. Залить рыбу небольшим количеством воды и тушить на слабом огне до готовности.

КОРЮШКА, ТУШЕННАЯ С БЕЛЫМ ВИНОМ

1 кг рыбы * 50 г петрушки * 100 г белого вина * 50 г репчатого лука * 100 сливочного масла * 300 г белого соуса * соль.

Корюшку очистить, удалить жабры, выпотрошить, хорошо промыть в холодной воде. В сотейник, предварительно смазанный маслом, уложить рыбу, добавить мелко нарезанный пассерованный лук, зелень петрушки, влить белое вино, рыбный бульон, посолить и припустить. В рыбный бульон добавить белый соус, вскипятить, заправить солью и сливочным маслом, процедить и полить рыбу при подаче на стол.

КОРЮШКА В БЕЛОМ ВИНЕ С ГРИБАМИ

500 г корюшки * 40 г сметаны * 80 г сливочного масла * 1 ст. л. муки * 1/2 стакана воды * 30 г лука * 1/2 стакана белого вина * 50 г грибов * 1 ч. л. соли * 1/4 ч. л. черного молотого перца * 1 желток.

Очищенную и выпотрошенную корюшку слегка обжарить в сливочном масле, затем посыпать мукой, залить вином и водой, добавить лук, грибы, посолить, поперчить и варить на слабом огне 20 мин. За несколько минут до окончания варки добавить в бульон сметану и желток.

КОРЮШКА ПО-ПОЛЬСКИ

500 г рыбы * 1 головка репчатого лука * лавровый лист * соль * перец черный горошком.

Рыбу очистить, промыть, оставить на час в холодном месте, затем сварить в воде, добавить соль, перец, лук и лавровый лист. Готовую рыбу выложить на блюдо и полить бульоном, в котором она варилась. Отдельно подать на стол хрен и уксус.

КОРЮШКА, ЖАРЕННАЯ В СУХАРЯХ

500 г филе рыбы * 1/4 стакана молока * 1 яйцо * 2 ст. л. муки * 1/2 стакана толченых сухарей * 100 г жира для жаренья * лимон * соль * перец.

Филе рыбы промыть, обсушить, посолить, посыпать перцем, затем обвалять в муке, смочить яично-

молочной смесью и запанировать в толченых сухарях. За 10 мин до подачи на стол обжарить рыбу в горячем жиру. Готовую корюшку выложить на блюдо, украсить ломтиками лимона и веточками петрушки. На гарнир подать картофельное пюре и моченые яблоки.

КОРЮШКА ЖАРЕНАЯ ДЛЯ ГУРМАНОВ

300 г рыбы * 3 ягоды можжевельника * 1 ч. л. тмина * 3 зубчика чеснока * $^1/_2$ лимона * 2 ст. л. муки * 3 горошины черного перца * жир для жаренья * соль.

Растолочь в ступке чеснок, тмин, перец и ягоды можжевельника. Прибавить соль и лимонный сок, все хорошо перемешать. Подготовленную корюшку обмазать смесью, выдержать час, обвалять в муке и жарить на раскаленной сковороде в жиру. Готовую рыбу уложить на подогретое блюдо и гарнировать листьями зеленого салата.

КОРЮШКА ПО-ПСКОВСКИ

15 корюшек * 3 яйца * 5 ст. л. муки * растительное масло для жаренья * соль.

Рыбу очистить, выпотрошить, хорошо промыть, посолить и оставить примерно на час. Яйца взбить с небольшим количеством воды, обмакнуть корюшку в эту смесь, обвалять в муке и обжарить в раскаленном растительном масле.

КОРЮШКА ФРИ

500 г корюшки * 25 г муки * 50 г жира для фритюра * 500 г гарнира * $^1/_2$ лимона * соль —по вкусу.

Корюшку очистить, удалить внутренности, промыть, посолить, запанировать в муке и обжарить во фритюре. На гарнир подать жареный картофель, украсить блюдо лимоном.

КОРЮШКА ПО-БОЛГАРСКИ

700 г рыбы * 1 головка репчатого лука * 1 ст. л. лимонного сока * 200 г маринованного красного перца * 1 яйцо * 1 ст. л. тертого сыра * 1 ст. л. молотых сухарей * 1 ст. л. масла * соль * перец.

Подготовленную рыбу положить в эмалированную посуду, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным и луковым соком и поставить в прохладное место на 30 мин. Красный маринованный перец ошпарить, снять кожицу, протереть через сито и смешать с тертым сыром.

Филе рыбы обмакнуть в яйцо, обвалять в сухарях и обжарить. В смазанный жиром сотейник выложить рыбу, покрыть ее смесью перца и сыра, сбрызнуть маслом и запечь в горячей духовке.

КАМБАЛА ОТВАРНАЯ

700 г рыбы * 1 кг картофеля * 3 ст. л. сливочного масла * уксус * зелень петрушки * соль — по вкусу.

Камбалу очистить, промыть, нарезать на куски и сварить. При подаче к столу выложить рыбу на блюдо, гарнировать отварным картофелем, полить растопленным сливочным маслом, посыпать зеленью петрушки и сбрызнуть уксусом.

КАМБАЛА ПО-КОРСИКАНСКИ

1 кг рыбы * 2 ст. л. пшеничной муки * 1 кг картофеля * 2 стакана красного столового вина * 4 ст. л. сливочного масла * 2 луковицы * 2 корня петрушки * 7 бутонов гвоздики * 2 лавровых листа * перец * соль.

Очищенную и промытую камбалу нарезать небольшими кусками, а корень петрушки и лук — брусочками, уложить их на дно кастрюли, добавить гвоздику, перец, лавровый лист. Сверху уложить куски камбалы, посолить, залить красным вином и стаканом бульона, накрыть крышкой и варить 20 мин.

КАМБАЛА В ВИННОМ СОУСЕ

500 г рыбы * 1 луковица * 2 бутона гвоздики * 1 стакан красного столового вина * $^1/_2$ стакана ядер грецкого ореха * 1 стакан бульона * 2 зубчика чеснока * лавровый лист * соль.

Обработанную камбалу нарезать кусками и отварить в красном вине и бульоне с добавлением лука, лаврового листа, гвоздики, зелени петрушки и соли. Готовую рыбу вынуть, бульон процедить, вскипятить, добавить толченные с чесноком грецкие орехи, размешать, довести до кипения и снять с огня. Камбалу выложить на блюдо, полить полученным соусом и посыпать зеленью кинзы.

КАМБАЛА В ТОМАТЕ

500 г камбалы * 1 кг картофеля * 30 г сливочного масла * 20 г репчатого лука * 10 г моркови и петрушки * соль * 70 г томата-пюре * 2 стакана бульона * 30 г муки * лавровый лист * перец горошком и сахар — по вкусу.

Рыбу очистить, удалить внутренности, промыть, разделить на филе и нарезать кусочками. Камбалу посолить, уложить в смазанный маслом сотейник, подлить немного воды и припустить. Репчатый лук и коренья обжарить до золотистого цвета, добавить томат-пюре, влить немного воды, положить лавровый лист, перец горошком, муку и варить коренья до готовности. На блюдо уложить отварной картофель и припущенную рыбу, все полить соусом.

КАМБАЛА, ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ

1 кг рыбы * 2 луковицы * 250 г свежих грибов * 100 г мяса крабов * 50 г корня петрушки * 700 г гарнира * перец * соль.

Припустить филе камбалы, добавить лук и петрушку. Картофель очистить и отварить в кипящей подсоленной воде до готовности. Отдельно сварить грибы и крабов. При подаче на блюдо уложить рыбу, сверху положить грибы и кусочки крабов, сбоку — гарнир (картофель), все полить томатным соусом и посыпать зеленью.

КАМБАЛА, ТУШЕННАЯ В МОЛОКЕ

500 г филе камбалы * 400 г молока * 80 г репчатого лука * перец * соль.

Филе камбалы нарезать кусочками. Уложить рыбу в кастрюлю, залить молоком, добавить сырой лук, соль, перец и поставить на слабый огонь на 20 мин.

КАМБАЛА В БЕЛОМ ВИНЕ

1 кг рыбы * 7 помидоров * 2 стакана белого сухого вина * 3 луковицы * $^1/_2$ стакана воды * 2 ст. л. муки * 2 ст. л. сливочного масла * зелень * соль * перец — по вкусу.

Камбалу выпотрошить, промыть, снять кожу, посолить, посыпать перцем. Помидоры очистить от кожицы и нарезать кружочками. Репчатый лук нашинковать соломкой, зелень петрушки и укропа из-

мельчить. Смазать сотейник маслом, положить на дно лук, помидоры и зелень, сверху уложить камбалу, влить сухое виноградное белое вино и воду, поставить на слабый огонь и варить до готовности. Затем вынуть рыбу, а в полученный бульон добавить муку и масло. Бульон вскипятить, залить им рыбу и подать к столу.

КАМБАЛА ПРЯНАЯ

500 г рыбы * 200 г огуречного рассола * 300 г гарнира * 200 г польского соуса * 1 морковь * 1 корень петрушки * 2 луковицы * лавровый лист * перец горошком * соль.

Камбалу выпотрошить и тщательно промыть, приготовить пряный отвар. Для этого в кипящую воду положить соль, душистый перец горошком, лавровый лист, морковь, лук и корень петрушки. Вскипятить отвар, влить процеженный огуречный рассол, положить рыбу и варить до готовности. Готовую камбалу выложить на блюдо, гарнировать отварным картофелем, полить польским соусом.

Вместо соуса к этому блюду можно подать сливочное масло, растертое с анчоусами.

КАМБАЛА В ФОЛЬГЕ

300 г филе камбалы * 4 ст. л. сливочного масла * 2 луковицы * 250 г отварных белых грибов * $^1/_2$ стакана молока * 2 ст. л. муки * 2 ч. л. соли * $^1/_8$ ч. л. перца * зелень.

Филе камбалы натереть солью и перцем. Обжарить на сковороде в сливочном масле с обеих сторон. Отдельно обжарить лук, грибы, петрушку. В масло,

оставшееся после жаренья лука и грибов, добавить муку и соль, влить молоко и варить на слабом огне до загустения. На кусок фольги положить слой обжаренных грибов и лука, затем филе камбалы и снова слой грибов. Загнуть углы фольги, влить немного молочного соуса и соединить углы между собой в виде конверта. Положить конверт на противень и поставить в горячую духовку на 10 мин.

КАМБАЛА В ГОРШОЧКЕ

300 г камбалы * 1 головка лука * 2 картофелины * $^1/_2$ ст. л. томата-пюре * $^1/_2$ ч. л. сливочного масла * 1 ч. л. сливок * 2 ст. л. нарезанного лука * $^1/_2$ соленого огурца * немного красного молотого перца * соль — по вкусу.

Репчатый лук обжарить на сливочном масле. Камбалу разделать на филе и нарезать небольшими кубиками. В керамический горшочек положить жареный лук, красный перец, сырой картофель, нарезанный ломтиками, подлить немного воды и тушить на слабом огне. Когда картофель станет мягким, добавить томат-пюре, огурцы, ломтики рыбы, посолить, влить сливки, накрыть крышкой и запечь. Подавать в горшочке, посыпав зеленым луком.

КАМБАЛА, ЗАПЕЧЕННАЯ ПО-ДАТСКИ

500 г филе камбалы * 1 стакан белого вина * $^1/_2$ стакана белого соуса * 2 ст. л. сливочного масла * $^1/_2$ ч. л. соли * 50 г молотых сухарей * 1 ст. л. нарезанного эстрагона * перец.

Филе камбалы нарезать широкими полосками, свернуть их в виде трубочек, посыпать солью и пер-

цем. Растопить в сковороде масло, положить рыбу, залить вином, добавить эстрагон и поставить в духовку на 15 мин.

Затем вино слить и кипятить на плите до тех пор, пока его количество не убавится наполовину, прибавить к вину белый соус, довести все до кипения. Рыбу вновь залить соусом и поставить в не очень горячую духовку. Запекать до образования румяной корочки.

КАМБАЛА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЛУКОМ

500 г рыбы (филе) * 500 г картофеля * 50 г репчатого лука * 400 г соуса белого * 50 г жира * 15 г молотых сухарей * зелень * перец * соль.

Филе камбалы посолить, поперчить, положить на смазанную жиром сковороду, добавить слегка обжаренный репчатый лук, накрыть ломтиками сырого картофеля, залить белым соусом, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и запечь в горячей духовке.

КАМБАЛА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ГРИБАМИ

500 г филе * 300 г помидоров * 100 г грибов * 400 г томатного соуса * 15 г сыра * 30 г сливочного масла * зелень * соль.

Филе положить на сковороду, сверху уложить вареные грибы, по краям разместить ломтики помидоров, залить томатным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ

1 кг камбалы * 300 г зеленого лука * 2 ст. л. сливочного масла * 7 ст. л. молотых сухарей * 200 г сметаны * соль * перец.

Камбалу почистить, выпотрошить, промыть, нарезать тонкими кусочками. Ломтики камбалы посолить, поперчить и слегка присыпать сухарями. Смазать сотейник маслом, посыпать молотыми сухарями, выложить ломтики рыбы, густо засыпать нашинкованным зеленым луком и прикрыть вторым слоем рыбы. Сверху посыпать сухарями, влить сметану, положить сливочное масло и запечь в духовке.

КАМБАЛА, ЗАПЕЧЕННАЯ С РИСОМ

1 небольшая камбала * 50 г растительного масла * 40 г муки * 30 г сливочного масла * 20 г сыра * 350 г отварного риса * 500 г соуса * зелень * соль.

Очищенную и промытую камбалу целиком запанировать в муке. Отварить в подсоленной воде рис, заправить его маслом, смазать противень с высокими бортиками жиром, положить рис, сверху поместить рыбу, все залить сметанным соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

КАМБАЛА С КРАБАМИ И УСТРИЦАМИ

500 г филе камбалы * 20 г лука * 30 г белого вина * 60 г грибов * 4 устрицы * 30 г крабов * 350 г молочного соуса * 3 желтка * 30 г сливочного масла * 20 г сыра * зелень * соль.

Филе камбалы слегка припустить в бульоне и белом вине, добавить лук и петрушку. Отдельно отварить грибы, подготовить устрицы и крабы. Выложить рыбу на противень, расположить по краям грибы, устрицы и крабы, залить молочным соусом с добавлением сырых желтков, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь в очень горячей духовке.

КАМБАЛА ВО ФРИТЮРЕ

1 кг рыбы * 50 г муки * 100 г жира для жаренья * 100 г молока * 70 г сливочного масла * 1 лимон * соль * перец * зелень.

Подготовленную камбалу нарезать порционными кусками и замочить в молоке. Затем рыбу вынуть, обсушить, посыпать солью и перцем, запанировать в муке и поджарить во фритюре. Готовую рыбу уложить на подогретое блюдо, на гарнир подать жареный картофель, полить сливочным маслом, украсить ломтиками лимона и веточками петрушки.

КАМБАЛА, ЖАРЕННАЯ В СУХАРЯХ

700 г рыбы * 2 яйца * 40 г муки * 80 г жира для фритюра * 200 г белых молотых сухарей * 300 г томатного соуса * перец и соль — по вкусу.

Рыбу очистить, выпотрошить, промыть и нарезать на куски одинакового размера. Подготовленные куски рыбы посолить, поперчить, запанировать в муке, смочить в яйце, снова запанировать в сухарях и жарить во фритюре. К рыбе подать томатный соус.

КАМБАЛА С БАРБАРИСОМ

500 г рыбы * 2 ст. л. топленого масла * 2 луковицы * 1 яйцо * молодой барбарис * соль — по вкусу.

Порционные куски камбалы посолить, обвалять в муке, смочить в яйце, запанировать в сухарях и обжарить в топленом масле до образования румяной корочки. Готовую рыбу выложить на блюдо, посыпать мелко нарезанным луком и барбарисом. Подавать горячей.

КАМБАЛА ПО-КИТАЙСКИ

1 кг рыбы * 70 г муки * 1 кг жареного картофеля * 500 г свежих помидоров * 250 г подсолнечного масла * 300 г лука * 10 г чеснока * зелень * соль * перец.

Камбалу очистить, выпотрошить, промыть, разделать на филе и нарезать узкими полосками. Посолить, посыпать перцем, запанировать в муке и под-

жарить на подсолнечном масле. Отдельно поджарить лук и картофель. Смешать рыбу с овощами, уложить все на блюдо, посыпать мелко рубленным чесноком и зеленью петрушки. Украсить блюдо ломтиками помидоров.

КАМБАЛА В ГРИЛЕ

2 камбалы * 50 г сливочного масла * $^1/_2$ лимона * щепотка семян аниса * растительное масло * соль и перец — по вкусу.

Подготовленную камбалу хорошо промыть и обсушить. Затем полить растительным маслом, обжарить с обеих сторон. Подать к столу с дольками лимона.

КАМБАЛА ЖАРЕНАЯ С ФАСОЛЬЮ

1 крупная камбала * 2 моркови * 2 луковицы * 2 ст. л. растительного масла * 2 яйца * $^1/_2$ л томатного соуса * 1 кг стручковой фасоли.

Фасоль припустить в небольшом количестве воды. Камбалу разделать на филе, затем нарезать полосками и положить в маринад, состоящий из растительного масла, моркови, лука. Полоски рыбы вынуть из маринада, обмакнуть в яйцо, обвалять в муке и обжарить в масле. Готовую рыбу положить на блюдо, сбоку уложить фасоль и полить томатным соусом.

СКУМБРИЯ В БЕЛОМ ВИНЕ

4 скумбрии * 120 г белого вина * 80 г уксуса * $^1/_2$ ч. л. кориандра * 30 г растительного масла * 1 луковица * 1 морковь * лавровый лист * $^1/_2$ лимона * немиого чабреца и петрушки * соль * перец.

Смешать белое вино с уксусом, добавить растительное масло, кориандр, морковь, лук, лавровый лист, чабрец, петрушку, соль и перец, все вскипятить и варить в течение 10 мин. Выпотрошенную и промытую скумбрию уложить на смазанный растительным маслом противень, залить подготовленным маринадом, положить на каждую рыбку ломтик лимона и накрыть промасленной бумагой. Поставить противень на плиту, довести до кипения, затем переставить в горячую духовку и томить в течение 20 мин. Подать к столу с зеленым горошком.

СКУМБРИЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В БУМАГЕ

2 скумбрии * 4 ст. л. подсолнечного масла * 2 ст. л. лимонного сока * зелень петрушки * соль.

Подготовленные скумбрии посолить, полить подсолнечным маслом и оставить на 2 ч. Затем каждую рыбку завернуть в промасленную бумагу, уложить в форму и запекать в умеренной горячей духовке около 40 мин. Готовую рыбу вынуть из бумаги, уложить на блюдо, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и сбрызнуть лимонным соком.

ФАРШИРОВАННАЯ СКУМБРИЯ

500 г рыбы * 200 г сладкого перца * 200 г лука-порея * 700 г помидоров * 70 г сухарей * 80 г растительного масла * $^1/_2$ лимона * зелень * перец * соль.

Скумбрию очистить, выпотрошить, посыпать снаружи и изнутри перцем и солью, оставить на несколько часов. Нарезать соломкой перец и лук-порей, спассеровать на оливковом масле до готовности. Помидоры нарезать дольками, посолить и обжарить на масле. Подготовленную скумбрию нафаршировать перцем и луком-пореем, уложить на противень, залить помидорами, посыпать сухарями, сбрызнуть маслом и запечь в духовке. При подаче украсить ломтиками лимона и веточками зелени.

ЗАКУСОЧНЫЕ САЛАТИКИ НА ЛЮБОЙ ВКУС

САЛАТЫ

Салаты — легкие, вкусные и питательные блюда. Их готовят из сырых овощей и фруктов, из овощей вареных и сырых, яблок с добавлением мясных или рыбных продуктов.

Овощи и фрукты играют значительную роль в питании. Они являются источниками важнейших для здоровья человека витаминов, микроэлементов, минеральных солей.

Для салатов используют преимущественно следующие овощи: сырые — зеленый салат, огурцы, редиску, помидоры, морковь, белокочанную капусту; вареные — картофель, репу, цветную капусту, морковь, зеленый горошек. Из фруктов для салатов чаще всего употребляют яблоки. Кроме них можно использовать апельсины, мандарины, груши, сливы и различные ягоды.

Мясные продукты для салатов берутся отварные или жареные — говядина, свинина, дичь. Рыба — отварная.

Для заправки салатов можно применять майонез, сметану, растительное масло, смешанное с уксусом, солью, перцем и сахаром.

Чтобы придать салатам различные вкусовые оттенки, в заправку добавляют горчицу, соусы.

Каждое блюдо можно считать хорошо приготовленным лишь в том случае, если внешний вид его вызывает аппетит. Поэтому о приятном виде салата следует позаботиться так же, как и о его вкусе.

Салаты украшают теми же продуктами, из которых они приготовлены. Для украшения отбирают красивые и ровно нарезанные ломтики яблок, моркови, огурцов или дольки яйца, а также листики зеленого салата, ягоды клубники, винограда, вишни.

Листики салата или ветки сельдерея помещаются в середине горки, придают салату законченный вид.

Для сохранения полезных компонентов овощей и фруктов их хранят при низких температурах.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ

500 г капусты * 2 яблока * 2 моркови * 3 пучка зеленого лука * $^2/_3$ стакана сметаны * уксус * перец * чеснок и соль.

Капусту нашинковать соломкой, добавить соль, уксус и нагревать, помешивая, пока она не осядет на дно. Сок слить, в капусту добавить нарезанные морковь, лук, яблоки, соль, перец, чеснок по вкусу. Заправить сметаной.

САЛАТ ОСЕННИЙ

150 г капусты * 1 морковь * 4 помидора * 1 огурец * по 80 г зеленого лука и зерен кукурузы (консервированные) * соль * $^2/_3$ стакана сметаны.

Нашинкованную соломкой капусту, морковь, огурцы, ломтики помидоров, мелко нарезанный лук

и зерна кукурузы хорошо перемешивают, солят, заправляют сметаной.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ И ЯБЛОК

300 г кисло-сладких яблок * 300 г капусты * 1/2 стакана сметаны * соль * сахар * укроп.

Капусту и яблоки нарезать на крупной овощной терке, добавить соль, сахар, рубленый укроп и сметану.

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МАЙОНЕЗОМ

600 г белокочанной капусты * 300 г майонеза * 100 г репчатого лука * соль * перец черный молотый.

Капусту нашинковать, перетереть с солью до появления сока, перемешать с нашинкованным луком, майонезом, поперчить.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С РЕДЬКОЙ

50 г редьки или редиски * 25 г капусты * 1 ст. л. подсолнечного масла * 3 ст. л. порошка из ржаных сухарей.

Редьку нарезать мелкими кубиками, прибавить рубленой капусты, подсолнечного масла и порошка из ржаных сухарей. Все перемешать.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ

40 г картофеля * 60 г капусты * 30 г муки * 6 ст. л. огуречного рассола.

Нарубить мелко и смешать: картофель, капусту, лук; приправить огуречным рассолом. Можно добавить тмин, орехи.

САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ

100 г свежей капусты * 100 г свежих огурцов * 400 г свежеотваренного картофеля * 200 г сметаны * 1 яйцо * соль * зелень петрушки или укропа.

Картофель и огурцы нарезать кубиками, капусту пошинковать тонкой соломкой, яйцо отварить вкрутую и мелко порубить, все перемешать, посолить, заправить сметаной, посыпать зеленью петрушки и укропа.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ И МОРКОВИ

200 г капусты * 200 г моркови * 1 ч. л. хрена в уксусе * сахар * соль * зеленый лук. *Для соуса:* растительное масло * 2 ст. л. майонеза.

К натертым на терке моркови и капусте добавить хрен в уксусе, соль, сахар по вкусу, перемешать и залить соусом. Посыпать зеленым луком.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ И СВЕКЛЫ

2 моркови * 2 маринованные свеклы * 200 г капусты * $^1/_2$ репчатого лука * 4 ст. л. майонеза.

Нашинкованную капусту перетереть с солью. Подготовленные сырые морковь и лук шинкуют, нарезают мелкими кубиками свеклу. Овощи тщательно перемешивают и перед подачей заправляют майонезом.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С РИСОМ

150 г капусты * 4 ст. л. отварного риса * 5 ст. л. изюма.
Заправка — $^1/_2$ стакана (3 части растительного масла * 1 часть 3 %-ного уксуса) * соль — по вкусу.

Отварной рис выкладывают горкой на середину салатницы, вокруг него — нашинкованную мелкой соломкой капусту, посыпают изюмом без косточек (его предварительно моют, обдают кипятком) и заливают заправкой.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ СО СТРУЧКАМИ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА И ЯБЛОКАМИ

200 г капусты * 100 г стручкового горошка * 2 яблока * уксус * 4 ст. л. растительного масла * соль и чеснок — по вкусу.

Капусту нашинковать соломкой. Стручки зеленого горошка очистить от прожилок, нарезать соломкой

и отварить в подсоленной воде, охладить. Яблоки нарезают соломкой. Все перемешать, заправить уксусом, солью и растительным маслом.

САЛАТ ВИТАМИННЫЙ

180 г капусты * 1 морковь * 10 чернослива * $^3/_4$ яблока * 4 ст. л. сметаны * 2 ч. л. сахара * 40 г лука-порея * соль — по вкусу.

Капусту, морковь, яблоки шинкуют тонкой соломкой, предварительно замоченный чернослив без косточек и лук-порей мелко нарезают. Посыпают солью, сахаром и все заливают сметаной.

САЛАТ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ

400 г морской капусты * 1 луковица * 4 яйца * 300 г рыба без костей * 150 г майонеза.

Используют консервированную морскую капусту или слегка проваренную в подсоленной воде свежемороженую и сушеную морскую капусту.

Капусту нарезать мелко, добавить одну луковицу, тоже мелко нарезанную, изрубить сваренные вкрутую яйца, добавить отварную рыбу без костей, нарезанную мелкими кусочками. Все полить майонезом.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ

500 г капусты * 3 огурца * огуречный рассол * 4 ст. л. растительного масла * соль * чеснок — по вкусу.

Капусту нашинковать и посолить. Огурцы очистить и натереть на крупной терке, чеснок потомить. Перемешать, заправить рассолом и растительным маслом, добавить соль.

САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ

100 г свежей капусты * 1 ст. л. подсолнечного масла * 1 ст. л. зеленого лука * 1 ст. л. лимонного сока.

Свежую капусту нарубить мелко, приправить подсолнечным маслом, посыпать зеленым луком и полить лимонным соком. Все перемешать.

САЛАТ СБОРНЫЙ

1 кочан капусты * 1 небольшая луковица * 1 морковь * 1 сладкий красный перец * 1 помидор * 1 ст. л. зеленого горошка * горсть очищенных долек чеснока * зелень * 4 ст. л. майонеза.

Кочан очистить от верхних листьев, промыть, вырезать кочерыжку. Ножом срезать верхушку, примерно $^1/_5$ часть кочана, и так же аккуратно вырезать содержимое кочана, оставив толщину стенки примерно 0,5 см. Заполнить середину смешанными свежими овощами: нашинковать на крупной терке нашин-

ковать морковь, красный перец нарезать соломкой, лук — кольцами, помидоры — ломтиками, мелко нарезать укроп, чеснок, зеленый лук, добавить зеленый горошек, полить майонезом.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ ПО-ГРУЗИНСКИ

1 кочан капусты * 1 стручок красного жгучего перца * 1 красная свекла * зелень и черешки сельдерея * горсть очищенных долек чеснока * соль * уксус.

Капусту нарезать крупными квадратами, свеклу — тонкими ломтиками, сельдерей и перец — кусочками, все перемешать, пересыпать дольками чеснока и залить кипящим рассолом из расчета: 1 ст. л. соли на 1 л воды с уксусом, так, чтобы овощи были покрыты жидкостью. Поставить капусту на 2—3 дня в теплое место, после чего ее можно употреблять.

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ

500 г свежей капусты * 80 г зеленого лука * 80 г яблок или моркови * $^1/_4$ стакана 3 %-ного уксуса * 25 г сахара * 25 г растительного масла * соль — по вкусу.

Очищенную капусту нашинковать, положить в глубокий сотейник, слегка посолить, влить немного уксуса и, помешивая, прогреть (не кипятить) на слабом огне до тех пор, пока она слегка не размягчится. Затем капусту охладить, заправить растительным маслом, солью, сахаром, уксусом и, по желанию, сметаной, посыпать нашинкованным зеленым луком.

В охлажденную капусту можно положить нашинкованные свежие яблоки или морковь, моченые яблоки, маринованную вишню и сливу (без косточек).

Салат подают на гарнир к различным мясным горячим и холодным блюдам.

САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ, МОРКОВИ И СЕЛЬДЕРЕЯ

400 г белокочанной капусты * 200 г сырой моркови * 200 г сырого сельдерея * 100 г яблок * 100 г растительного масла * соль * перец черный молотый.

Все овощи нашинковать, перемешать с маслом, приправить солью и перцем.

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ

500 г квашеной капусты * 130 г репчатого лука * 100 г растительного масла * 130 г соленых огурцов * перец черный молотый * соль.

Капусту мелко порезать, огурцы нарезать кубиками, лук нашинковать, все перемешать, заправить маслом.

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ И ЛУКА

400 г капусты * 1 головка репчатого лука * 4 ст. л. растительного масла * зелень петрушки * соль * 3 дольки чеснока.

Капусту мелко нарезать, добавить соль, перемешать с луком, растертым чесноком и растительным маслом. Посыпать зеленью.

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ

500 г квашеной капусты * 120 г моркови * 100 г яблок * 50 г растительного масла * 100 г простокваши * соль * перец черный молотый.

Капусту измельчить, морковь и яблоко крупно нашинковать, все перемешать, заправить маслом, простоквашей, посолить, поперчить.

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯЙЦОМ И КАРТОФЕЛЕМ

500 г картофеля * 200 г квашеной капусты * 3 яйца * 1 луковица * 1 ст. л. подсолнечного масла * 1 ст. л. капустного рассола.

Сварить картофель в «мундире», очистить, нарезать кубиками, добавить нашинкованную квашеную капусту, мелко нарезать яйца, луковицу, подсолнечное масло и капустный рассол. Хорошо все перемешать.

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ

300 г квашеной капусты * 1 редька * луковица * соль * сахар * 2 ст. л. растительного масла.

Редьку нарезать на терке, добавить квашеную капусту, мелко нарезанную луковицу, соль, сахар; все залить растительным маслом.

САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ И МОРКОВИ

400 г квашеной капусты * 200 г моркови * 100 г репчатого лука * 1 стакан сметаны * соль * сахар * зеленый лук.

Капусту мелко нашинковать, морковь натереть на овощной терке, лук измельчить. К сметане добавить соль, сахар, залить ею подготовленные продукты и перемешать. Салат посыпать рубленым луком. Салат можно приготовить с растительным маслом (2 ст. л.).

САЛАТ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ

Большая головка цветной капусты * 100 г сыра * 2 малосольных огурца * соль * сахар * уксус * укроп * $^1/_2$ стакана майонеза.

Цветную капусту разделить на соцветия и несколько минут варить в воде, к которой добавить соль и уксус. Затем воду слить и капусту остудить. Огурцы нарезать кубиками, сыр натереть. К майонезу добавить сахар, рубленый укроп, натертый сыр; залить им приготовленные цветную капусту и огурцы. Все перемешать.

САЛАТ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ

500 г цветной капусты * 200 г сливок * соль * зелень укропа.

Капусту промыть и опустить на 30 мин в хорошо подсоленную воду, после чего еще раз промыть в холодной воде. Кочешки разобрать на соцветия и сварить в подсоленной воде (15 мин), затем откинуть на

дуршлаг, готовую капусту выложить в салатник, полить сливками и посыпать зеленью.

САЛАТ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ

300 г цветной капусты * 3 свежих огурца * 4 ч. л. укропа или петрушки * 4 ст. л. майонеза * 1 головка репчатого лука.

Цветную капусту разделить на соцветия и несколько минут варить в соленой воде. Затем воду слить и капусту остудить. Капусту натереть на терке, огурцы и лук шинкуют, смешивают с мелко нарезанной зеленью петрушки или укропа и заливают майонезом.

САЛАТ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ, ОВОЩЕЙ И ФРУКТОВ

100 г цветной капусты * по 100 г свежих огурцов, помидоров и яблок * 40 г моркови * 40 г винограда * 100 г сметаны * 10 г сахарной пудры * 2 ч. л. уксуса * соль — по вкусу.

Цветную капусту разделить на мелкие кочешки и отварить. Свежие огурцы, яблоки и помидоры нарезать тонкими ломтиками, а морковь — соломкой, у винограда удалить косточки. Все овощи и фрукты уложить горками в глубокий сотейник и перед подачей на стол полить сметаной, перемешанной с солью, сахарной пудрой и лимонной кислотой или уксусом.

По желанию, в салат можно положить также очищенные от кожуры и косточек и нарезанные ломтиками апельсины или мандарины, бананы и сливы.

САЛАТ ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ С КОЛБАСОЙ

Кочан капусты * 120 г колбасы * 1 яйцо * 1/2 л кефира * 2 ст. л. майонеза * 1 1/2 ст. л. зелени петрушки * соль * перец черный.

Цветную капусту разбирают на мелкие кочешки, отваривают их в слегка подсоленной воде до готовности и откидывают на дуршлаг. Для соуса смешивают кефир и майонез, добавляют соль, перец, мелко нарезанную зелень петрушки. Нарезанную мелкими кубиками полукопченую колбасу, нарезанные кружочками сваренные вкрутую яйца и охлажденную цветную капусту кладут в соус, перемешивают.

САЛАТ ИЗ КРАСНОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ

500 г капусты * 160 г сметаны * 1 ст. л. сока лимона * 1 ст. л. хрена * соль * сахар — по вкусу * перец молотый.

Капусту нашинковать тонкой соломкой, опустить на 1—2 мин в кипящую воду, после чего откинуть на дуршлаг и обдать холодной кипяченой водой. Перемешать хрен, сметану, сок лимона, сахар, соль и перец и полученной массой заправить капусту.

САЛАТ ИЗ КРАСНОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ И ОВОЩЕЙ

100 г капусты * 2 моркови * 2 соленых огурца * $^1/_2$ репчатого лука * 4 ст. л. орехов * 2 ст. л. растительного масла.

Краснокочанную капусту, нашинкованную тонкой соломкой, перетирают с солью, заливают кипятком и выдерживают 30 мин, а затем откидывают на дуршлаг. В подготовленную капусту добавляют морковь, измельченную на терке, мелко нарезанные соленые огурцы, лук и рубленые орехи. Заправить салат растительным маслом.

САЛАТ ИЗ КРАСНОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ

600 г капусты * $^1/_4$ стакана уксуса * $^1/_2$ ст. л. сахара.

Очистить и обмыть кочан красной капусты, разрезать на четвертинки, вырезать кочерыжку и очень тонко нашинковать острым ножом или на шинковке. Потом капусту сложить в кастрюлю, обдать кипятком, закрыть крышкой, дать постоять 20—30 мин, откинуть на сито или дуршлаг, затем облить холодной водой, отжать, сложить в салатник, залить уксусом, посолить, положить сахар, перемешать и дать постоять 20—30 мин. В капусту можно добавить столовую ложку растительного масла. Капусту для этого салата можно не обдавать кипятком, а посыпать солью и перетирать руками до тех пор, пока капуста не станет мягкой и не начнет выделять темный сок; тогда ее нужно отжать и залить уксусом, добавить

сахар и перемешать. Этот салат подают к мясу, дичи, домашней птице и рыбе.

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ СО СМЕТАНОЙ И ЯЙЦОМ

3—4 огурца * 3 крупных яйца * 3—4 клубня картофеля, сваренных в «мундире» * 150 г сметаны * немного зелени.

Нарезать ломтиками огурцы, яйца, картофель, измельчить лук, укроп. Посолить. Добавить сметану.

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ И КОПЧЕНОЙ САЛАКИ

200 г огурцов * 300 г копченой салаки * 200 г сметаны * укроп * соль.

Разрезать вдоль на четыре части огурец, нарезать ломтиками, а очищенную от костей салаку выложить слоями, каждый из которых залить сметаной с мелко нарезанным укропом и солью.

ОВОЩНОЙ САЛАТ

3—4 моркови * корень петрушки * зелень петрушки * 4—5 маринованных огурцов * подсолнечное масло * лимон * натертый сыр * соль.

Нарезать тонкими кружочками морковь и корень петрушки, потушить до готовности, выложить в салатник, смешать с нарезанными огурцами, тертым сыром. Посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, побрызгать лимонным соком и полить подсолнечным маслом.

ОГУРЦЫ В УКСУСЕ

300 г огурцов * 80 г 3 %-ного уксуса * сахар * соль * зелень.

Огурцы нарезать тонкими ломтиками, залить уксусом, в котором растворены соль, сахар, посыпать мелко нарезанной зеленью.

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ В СМЕТАНЕ

3 огурца * $^1/_4$ стакана сметаны * $^1/_2$ ст. л. уксуса.

Вымытые и очищенные огурцы нарезать тонкими ломтиками, уложить в салатник. Перед подачей к столу огурцы слегка посолить, посыпать перцем и полить сметаной, смешанной с солью и уксусом. Посыпать мелко нарезанным укропом.

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С КАПУСТОЙ

1 огурец * 70 г салата * 70 г свежей капусты * 1 ст. л. подсолнечного масла.

Салат мелко изрубить, добавить свежей капусты, тоже мелко изрубленной, все это смешать с подсолнечным маслом, добавить мелко нарезанный огурец.

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ И РЕДИСА

200 г редиса * 100 г зеленого лука * 200 г огурцов * 150 г сметаны * 1 ч. л. сока лимона * соль.

Редис и огурцы нарезать кружочками, смешать с мелко нарезанным зеленым луком. Добавить сок лимона, заправить сметаной, посолить.

ТВОРОГ С ОГУРЦАМИ

2 ст. л. творога * 1 ч. л. подсолнечного масла * 1 ст. л. молока * 1 огурец * немного петрушки.

К натертому на крупной терке огурцу добавляем творог, молоко, подсолнечное масло, немного зелени. Перемешайте все, добавьте соль.

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ

5—6 помидоров * 3 огурца * 2 ст. л. растительного масла * 3 ст. л. уксуса * немного зелени.

Вымытые помидоры и свежие огурцы нарезать тонкими кружочками, посыпать солью и перцем, красиво уложить в салатник. К моменту подачи на стол полить уксусом, смешанным с растительным маслом, сверху посыпать укропом. Подают салат к мясным и рыбным котлетам, к вареному и жареному мясу.

САЛАТ «ЗДОРОВЬЕ»

2 свежих огурца * 2 яблока * 2 помидора * 2 сырые моркови * 100 г зеленого салата * 100 г сметаны * зелень * 1/4 лимона * соль.

Огурцы, яблоки, морковь нарезают соломкой, часть зеленого салата — полосками. Добавляют сок лимона, зелень петрушки, все перемешивают. Посолить, заправить сметаной.

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ С ЧЕСНОКОМ

1 кг огурцов * 5 долек толченого чеснока * 2 ст. л. подсолнечного масла * 2 ст. л. уксуса.

Огурцы нарезать кружочками, добавить толченого чеснока, затем влить подсолнечное масло и уксус. Солить по вкусу. Подается к мясным и рыбным блюдам.

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ И ПОМИДОРОВ С МАЙОНЕЗОМ

200 г свежих помидоров * 2—3 огурца * 1/2 стручка сладкого перца * 1 головка лука * 2—3 ст. л. майонеза * укроп * соль и молотый перец — по вкусу.

Свежие огурцы очистить от кожицы, нарезать полукружочками, как и помидоры. Лук репчатый нарезают полукольцами. Удаляют плодоножку и остатки семенного гнезда у сладкого перца, разрезают пополам и тонко нарезают полукольцами. Перед по-

дачей на стол посыпают солью, нарезанной зеленью укропа и заливают майонезом.

ОГУРЦЫ В СМЕТАНЕ

200 г огурцов * 30 г зелени * 100 г редиса * $^1/_2$ стакана сметаны.

Огурцы нарезать соломкой. К сметане добавить зеленый лук, измельченный укроп, натертый на овощной терке редис, все посолить.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ, РЕДЬКИ И СОЛЕНЫХ ОГУРЦОВ

2 моркови * 3 соленых огурца * 2 редьки * 1 яблоко * 1 стакан сметаны * соль * сахар.

Очищенную, вымытую редьку натереть на терке, добавить натертую морковь, яблоко и нарезанные кубиками очищенные от кожицы огурцы, посолить, добавить сахар, залить сметаной и осторожно перемешать.

МОРКОВНЫЙ САЛАТ С МАЙОНЕЗОМ

350 г вареной моркови * 150 г соленых огурцов * 300 г майонеза * 200 г вареного сельдерея.

Морковь и огурцы нарезать кубиками, сельдерей — очень мелкими кусочками, все перемешать, заправить майонезом.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И СЕЛЬДЕРЕЯ

3 корня сельдерея * 6 моркови * 2—3 зубчика чеснока * 4 ст. л. растительного масла * зелень петрушки * уксус * соль.

Морковь и сельдерей натереть на мелкой терке, чеснок потолочь и все перемешать с растительным маслом. Добавить соль, уксус. Посыпать зеленью.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ, КУРАГИ И ЛИМОНА

100 г кураги * 400 г моркови * 1 лимон * 100 г сметаны * сахар * соль * зелень петрушки.

Морковь натереть на крупной терке, курагу нарезать небольшими кусочками, лимон нарезать мелкими кусочками вместе с цедрой, предварительно удалить семечки. Все перемешать, добавить соль, сахар, заправить сметаной, посыпать зеленью петрушки.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ, МОРКОВИ И ЯБЛОК

2 редьки * 2 моркови * 2 яблока * 6 зубчиков чеснока * сок $^1/_2$ лимона * цедра лимона * соль.

Редьку и морковь очистить, натереть на мелкой терке. Яблоки очистить от кожицы, натереть на терке и смешать с овощами. Все хорошо перемешать. Добавить лимонную цедру, чеснок, влить лимонный сок. Все снова перемешать, посолить по вкусу.

САЛАТ ИЗ ВАРЕНОЙ МОРКОВИ, ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА И ЯБЛОК

2 яблока * 2 моркови * 100 г майонеза * 20 г зеленого горошка * сахар * соль * полдольки чеснока.

Вареную морковь и яблоки нарезать, перемешать. Добавить зеленый горошек, сахар, майонез, соль и чеснок.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ХРЕНА

4 моркови * 1 яблоко * 1 корень хрена * $^1/_2$ ч. л. сахара * 50 г растительного масла.

Морковь, корень хрена, яблоко очистить, потереть на крупной терке. Посолить. Добавить сахар, растительное масло. Все перемешать.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С САХАРОМ И ЛИМОННЫМ СОКОМ

4 моркови * $^1/_2$ стакана сметаны * лимонный сок и сахар — по вкусу.

Морковь натереть на терке, перемешать со сметаной, добавить сахар и лимонный сок.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ОГУРЦОВ

4 моркови * $^1/_2$ стакана сметаны * 1 огурец * 2 ст. л. рубленой зелени (укропа, зеленого лука) * соль * лимонная кислота.

Морковь нарезать на овощной терке, огурцы нарезать соломкой. К сметане добавить соль, лимонную кислоту, рубленую зелень и залить приготовленные овощи. Все перемешать.

САЛАТ СМЕШАННЫЙ

500 г моркови * 200 г сельдерея * 200 г яблок * 50 г растительного масла * 50 г фруктового сиропа.

Яблоки, морковь, сельдерей нашинковать, все перемешать, добавить фруктовый сироп, растительное масло.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК

4 яблока * 4 моркови * 3 ст. л. сметаны * 1,5 ч. л. сахара.

Морковь трут на терке. Яблоки очищают от кожицы, удаляют сердцевину. Затем их нарезают мелкими ломтиками и смешивают с подготовленной морковью. Заправляют небольшим количеством сметаны, сахара и лимонным соком.

САЛАТ С МОРКОВЬЮ И ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

1 редька * 1 морковь * 50 г грецких орехов * 2 зубчика чеснока * сок 1/2 лимона * соль * немного лимонной цедры.

Морковь и редьку натереть на терке, добавить мелко рубленный чеснок, мелко истолочь ядра грецкого ореха. Все смешать. Добавить сок лимона, соль, немного лимонной цедры. Еще раз перемешать. Можно заправить салат майонезом и сметаной.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С МАЙОНЕЗОМ И ЧЕСНОКОМ

4 моркови * 4 дольки чеснока * 1 ст. л. подсолнечного масла * 200 г майонеза.

Морковь очистить, помыть, крупно натереть, чеснок растолочь и смешать с морковью, посолить, добавить подсолнечное масло и майонез. Все тщательно перемешать.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ХРЕНОМ

4 моркови * 3 ст. л. хрена * 5 ст. л. грецких орехов * 4 ст. л. подсолнечного масла * 150 г сельдерея.

Морковь растереть с сельдереем, приправить тертым хреном и толчеными орехами. Заправить подсолнечным маслом, посолить.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ

4 моркови * 2 ст. л. сметаны * сок одного лимона * соль * сахар.

Морковь натереть на терке. Подлить лимонный сок и дать моркови пропитаться, затем залить сметаной. Добавить соль и сахар.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ, ОГУРЦОВ И ЯИЦ

5—6 помидоров * 3—4 огурца * 4 яйца * 1 ст. л. порезанного зеленого лука * $^1/_2$ стакана сметаны * соль * перец.

Помидоры и огурцы, очищенные яйца (сваренные вкрутую) нарезать кружочками и уложить на тарелку. Добавить перец и залить сметаной. Сверху обсыпать зеленым луком.

САЛАТ «ВЕСНА»

100 г свежих огурцов * 100 г свежих помидоров * 60 г редиса * 60 г зеленого салата * 2 яйца * 40 г зеленого лука * 20 г томатного соуса * 100 г сметаны * 5—10 г горчицы * 300 г растительного масла * укроп * соль * сахар и уксус.

Зеленый салат и лук очистить, промыть и крупно нарезать. Затем нарезать кружочками свежие помидоры, огурцы и редис. Сваренные вкрутую яйца нашинковать тонкими ломтиками. В салатнике растереть сметану, горчицу, сахар, соль и соус. Помешивая, добавить к ним растительное масло и столовый

уксус. В получившийся соус положить овощи, хорошо перемешать их, заправить по вкусу соль и посыпать укропом.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ЯИЦ

4—5 помидоров * 4 сваренных вкрутую яйца * $^3/_4$ стакана сметаны * соль * зелень.

Помидоры и яйца нарезать дольками. К сметане добавить соль и рубленую зелень. Помидоры и яйца выложить в салатницу вперемешку, залить майонезом.

САЛАТ ВИТАМИННЫЙ

200 г капусты * по 1 пучку зелени, салата, щавеля * 2 моркови * $^1/_2$ стакана сливок * 2 болгарских перца * соль —по вкусу.

Свежую капусту нарезать соломкой, растереть с солью, смешать с шинкованным болгарским перцем и оставить на 10—15 мин. Нарезать зелень укропа, салат, щавель, петрушку; морковь натереть на крупной терке. Овощи перемешать и полить сливками.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ

4 большие моркови * 1 яблоко * 1 редька * сок 1 апельсина * немного сока лимона * 1 ч. л. сахарной пудры * корица.

Морковь, яблоко, черную редьку очистить и натереть на крупной терке. Добавить сок лимона и апельсина, все посыпать сахарной пудрой и добавить толченой корицы.

САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С КАРТОФЕЛЕМ

100 г моркови * 2—3 ч. л. фруктового кислого сока * 1 ч. л. зеленого лука * 1 ч. л. листьев салата * 30 г сырого картофеля.

Морковь натереть на терке, смешать с кислым фруктовым соком, прибавить сырого картофеля и смешать. Добавить мелко нарезанный лук и листья салата.

САЛАТ С ПОМИДОРАМИ И ГОРОШКОМ

50 г свежего горошка * 120 г томатной пасты * 2 ст. л. подсолнечного масла * немного зелени петрушки.

Свежий горошек перемешать с томатным пюре, налить подсолнечного масла, все перемешать. Посыпать сверху щепоткой петрушки.

САЛАТ ИЗ РЫБЫ С ПОМИДОРАМИ

200 г филе рыбы * 1 помидор * 1 свежий огурец * 3 вареных картофелины * 75 г зеленого салата * 1 соленый огурец * 1/2 стакана майонеза * 1 ст. л. уксуса.

Сваренную, охлажденную рыбу нарезать маленькими кусочками, очищенные картофель, свежий огурец, соленый огурец и помидор нарезать ломтиками, сложить все в салатницу, прибавить нарезанный зеленый салат. Перед подачей на стол продукты слегка посолить и смешать с майонезом и уксусом. В салат можно добавить репчатый или зеленый лук.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ЯИЦ С СЫРОМ

4 помидора * 4 сваренных вкрутую яйца * 100 г сыра, 1 стакана сметаны * соль.

Помидоры и яйца нарезать кружочками, сыр натереть на крупной овощной терке и добавить к сметане. Выложить в салатницу кружочки помидоров и яиц слоями, каждый из которых посолить и залить сметаной.

САЛАТ ИЗ СЛАДКОГО ПЕРЦА С ПОМИДОРАМИ

200 г сладкого перца * 250 г помидоров * 2 головки репчатого лука * 2 дольки чеснока * 3 ст. л. растительного масла * соль * 1 ч. л. сока лимона * зелень петрушки.

Перец запечь в духовке до получения красивого коричневого цвета, очистить от кожицы, нарезать в виде лапши и смешать с ломтиками помидоров, нарезанным кольцами луком, толченым чесноком. Заправить соком лимона и растительного масла, посолить посыпать зеленью петрушки.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ СО СЛИВКАМИ

6—7 помидоров * 1/2 стакана сливок * 1 ст. л. измельченной зелени петрушки * соль.

Свежие помидоры обдают кипятком и снимают с них кожицу. Кладут в салатник, заливают сливками, солят, посыпают мелко нарезанной зеленью петрушки.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ И СО СМЕТАНОЙ

4—5 помидоров * 1 стакан сметаны * 1 головка зеленого лука * зелень укропа * соль * черный молотый перец.

Помидоры нарезать дольками, добавить мелко нарезанный лук, перец, залить сметаной.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С ПЕРЦЕМ И МАЙОНЕЗОМ

500 г сладкого перца * 1 сваренное вкрутую яйцо * 100 г помидоров * 100 г майонеза * 2 ст. л. кефира * 100 г зеленого лука * соль * зелень петрушки.

Перец и зеленый лук нарезать в виде соломки, смешать с ломтиками помидоров и рубленым яйцом, посолить, заправить смесью майонеза с кефиром, посыпать зеленью петрушки.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С ЧЕСНОКОМ

10 помидоров * 7—8 долек чеснока, 1 ст. л. уксуса * соль * перец * зелень кинзы.

Мелко нарезанный чеснок залить уксусом и дать постоять 30 мин. Помидоры нарезать, полить уксусом, настоянным на чесноке. Посыпать зеленью кинзы.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С КАРТОФЕЛЕМ

100 г помидоров * 2 ст. л. подсолнечного масла или меда * 30 г картофеля.

Подавить помидоры, прибавить подсолнечное масло или мед. Положить в эту смесь мелко нарезанный картофель.

ПИКАНТНЫЙ САЛАТ

3 яблока * 1 луковица * 2 маринованных огурца * стручок сладкого перца * 2 помидора * 2 дольки чеснока * $^1/_2$ банки майонеза * молотый красный перец * сахар * соль * 1 ч. л. хрена в уксусе.

Очищенные от кожуры яблоки и огурцы нарезать кубиками, сладкий перец — полосками, помидоры — кубиками, лук, чеснок, измельчить. Майонез смешать со специями, залить и все перемешать. Украсить полосками перца и зеленью.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ

5—6 помидоров * 1 яйцо * 2 луковицы * несколько капель лимонного сока * 1 ст. л. рубленой зелени петрушки * 1 ст. л. молотых орехов.

Измельченные помидоры смешать с небольшими натертыми луковицами и взбитым яичным белком. При взбивании хорошо добавить несколько капель лимонного сока. Насыпать сверху 1 ст. л. рубленой петрушки и 1 ст. л. молотых орехов.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И СЛИВ

3 помидора * 200 г синих слив * $^3/_4$ стакана сметаны * соль * сахар * сок красной смородины.

Помидоры нарезать дольками, сливы разрезать пополам, вынуть косточки. К сметане добавить соль, сахар и немного сока красной смородины, осторожно замешать в сметану сливы и помидоры.

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ

200 г свежих помидоров * 70 г репчатого лука * 30—40 г уксуса * $^1/_4$ ч. л. горчицы * 15—20 г растительного масла * $^1/_2$ ч. л. сахара * 5 г укропа * соль, перец — по вкусу.

Помидоры нарезать поперек тонкими ломтиками. Репчатый лук очистить, нарезать тонкими кружочками и разобрать их на колечки. Перед подачей на стол помидоры и лук уложить горкой в вазочку, сверху расположить крупные колечки лука, полить все уксусно-горчичной заправкой (горчицу, соль, сахар и молотый перец хорошо растереть, в подсоленную массу влить столовый уксус и растереть с растительным маслом) и посыпать укропом.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С БРЫНЗОЙ И ПЕРЦЕМ

200 г сладкого красного и зеленого перца * 200 г помидоров * 200 г брынзы * 100 г свежих огурцов * 100 г зелени петрушки * 2—3 дольки чеснока * 200 г сметаны.

Помидоры нарезать кружочками, перец — кольцами, огурцы — кубиками, зелень — мелкими кусочками, брынзу мелко раскрошить, все перемешать, заправить сметаной.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С ТВОРОГОМ

2 ст. л. молока * 1 ч. л. подсолнечного масла * 2 помидора * 4 ст. л. творога.

Взять ложку молока, к ней присоединить подсолнечное масло, нарезанные ломтиками помидоры. Добавить творог, все перемешать и немного подсолить.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ

400 г мяса * 6 ст. л. маргарина * 12 помидоров * 7 ст. л. риса * 1 луковица * соль * молотый черный перец * 1 ч. л. мелко нарезанной зелени петрушки * 40 г сыра.

Из помидоров вынуть мякоть, углубление засыпать солью и перцем.

Для приготовления фарша вареное мясо пропустить через мясорубку. Добавить мелко нарезанный поджаренный лук, отварной рис, соль и перец.

Этим фаршем начинить помидоры, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, мелко потертым на терке сыром.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ЯБЛОК

3 яблока * 3—4 помидора * $^2/_3$ ст. л. сметаны * 1 стручок сладкого перца * 2 головки репчатого лука * 1 лимон * соль * сахар * долька чеснока.

Помидоры обдать кипятком, затем холодной водой, снять кожицу. Помидоры, лук, яблоки, перец мелко нарезать, перемешать. Добавить сахар, лимонный сок, соль. Полить сметаной.

САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ С ОРЕХАМИ И МОРКОВЬЮ

150 г помидоров * 100 г моркови * 30 г петрушки * 50 г грецких орехов * 1,5 ч. л. подсолнечного масла.

Помидоры нужно подавить и перемешать с нашинкованной морковью, добавить рубленую петрушку и орехи. Все еще раз перемешиваем и заливаем подсолнечным маслом.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ЯЙЦАМИ

6—7 помидоров.
Для начинки: 3 крупных яйца * 2 ст. л. сметаны * 1 ст. л. рубленого укропа * соль.

Подобрать твердые помидоры, срезать у них верхнюю часть, вынуть ложечкой сердцевину и перевер-

нуть отверстием вниз, чтобы вытек сок. Яйца нарезать кубиками и замешать в сметану, к которой добавлены соль и укроп. Полые томаты внутри посыпать солью и начинить яичной массой. Закрыть верхнюю часть.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ГРИБАМИ

100 г грибов * 1 кг помидоров * 100 г зеленого лука или репчатого * 60 г сметаны * перец черный молотый.

Помидоры промыть, срезать со стороны плодоножек $^1/_4$ часть, извлечь содержимое. В образовавшееся углубление слегка насыпать соли и перца.

Соленые или маринованные грибы мелко нашинковать, смешать с рубленым луком, поперчить, заправить сметаной.

ФАРШИРОВАННЫЕ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ЗЕЛЕНЫЕ ПОМИДОРЫ

6—7 помидоров.
Для начинки: 120 г филе копченой рыбы * 1 вареная морковь * 3 сваренных вкрутую яйца * 2 ст. л. майонеза.

У помидоров срезать со стороны плодоножки $^1/_4$ часть, вынуть сердцевину, повернуть отверстием вниз, чтобы вытек сок.

Приготовление начинки: филе рыбы и яйца разделить на мелкие кусочки, морковь натереть, добавить майонез.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ САЛАТОМ ИЗ ВЕТЧИНЫ

5—6 помидоров * молотый перец * соль.
Для начинки: 120 г тушеной ветчины * 2 ст. л. отварного риса * 2 крупных яйца * 1 ч. л. рубленого укропа * 60 г сметаны * соль.

У помидоров срезать со стороны плодоножки $^1/_4$ часть, вынуть сердцевину, опрокинуть отверстием вниз, чтобы вытек сок. Внутри помидоры посыпать солью и перцем, начинить салатом из ветчины. Закрыть верхнюю часть помидоров, сверху украсить несколькими капельками сметаны.

САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ И ПЛАВЛЕНОГО СЫРА

200 г плавленого сыра * 200 г свежих огурцов * 200 г картофеля * 3—4 яйца * 200 г зеленого лука * 200 г майонеза * 50 г зелени укропа и петрушки * соль * перец черный молотый.

Картофель отварить в «мундире», очистить, нарезать кубиками, огурцы — ломтиками, яйца разрезать на 4 части; лук и часть зелени петрушки мелко нарезать. Все смешать, залить майонезом, посолить, поперчить по вкусу, перед подачей украсить оставшейся зеленью.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯЙЦОМ

5—6 картофелин * 1 луковица * 2 яйца * 2 ст. л. растительного масла * 1 ст. л. 3 %-ного уксуса * перец * соль.

Картофель и яйца отварить, очистить, мелко нарубить, добавить мелко нарезанный репчатый лук, перемешать, добавить соль, перец и заправить растительным маслом, смешанным с уксусом.

КАРТОФЕЛЬНЫЙ САЛАТ

60 г картофеля * 50 г тертых орехов * 1 ст. л. меда * 1/2 ч. л. хрена.

Мелко нарезать картофель, добавить тертых орехов, смешать с ложкой меда, прибавить тертого хрена.

Все еще раз хорошо перемешать.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФАСОЛЬЮ

4 картофелины * 1 луковица * по 1/2 стакана белой фасоли и сметаны * горчица * перец * соль * зеленый лук.

Сварить в «мундире» картофель, очистить и нарезать. Отварить белую фасоль, смешать ее с картофелем и посолить. Добавить рубленый репчатый лук, поперчить, посолить и заправить майонезом. Посыпать зеленым луком, зеленью укропа.

САЛАТ РУССКИЙ

350 г отварного картофеля * по 100 г свежих грибов и вареной моркови * 150 г зеленого горошка * 100 г соленых огурцов * 200 г колбасы или ветчины * 100 г майонеза * 1 яблоко * 1 корень сельдерея * соль.

Картофель, ветчину, яблоко, морковь, огурец, сельдерей нарезать кубиками, грибы отварить, мелко нарубить, смешать с зеленым горошком, посолить, заправить майонезом.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ СО СВЕЖИМИ ПОМИДОРАМИ И ОГУРЦАМИ

6—7 картофелин * 2 помидора * 2 огурца * 1 головка репчатого лука * 1 стакан майонеза * 1 пучок укропа и петрушки * соль.

Картофель отварить, мелко нарезать, перемешать с рубленым луком, кусочками помидора, огурца. Полить майонезом. Украсить зеленью.

САЛАТ ИЗ МОЛОДОГО КАРТОФЕЛЯ С ОВОЩАМИ

3 картофелины * 1 огурец * 4—5 редиса * 1 помидор * 2 сладких перца. 1 морковь * 1 яйцо * 2 ст. л. зеленого лука * $^1/_2$ стакана сметаны * 1 пучок зелени * соль.

Молодой картофель и морковь отварить, очистить и нарезать ломтиками, свежие огурцы и редис порезать кружочками, сладкий перец — соломкой, кру-

тые яйца и помидоры — полукольцами, зеленый лук — мелко нарубить. Все перемешать, посолить и заправить сметаной.

Посыпать зеленью.

САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРИБАМИ

300 г соленых или маринованных грибов * 350 г отварного картофеля * 1 $^1/_2$ стакана сметаны * 50 г репчатого лука * соль * черный молотый перец.

Грибы вымыть, нарезать полосками, так же нарезать картофель, лук мелко нарубить. В сметану замешать соль, лук, перец, грибы, картофель.

САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С КОЛБАСОЙ

3 картофелины * 3 ст. л. зеленого горошка * 1 яблоко * 1 огурец * 3 яйца * 200 г вареной колбасы * по $^1/_2$ стакана сметаны и майонеза.

Клубни картофеля отварить в «мундире», очистить, нарезать кубиками. Добавить консервированный горошек, очищенное и нарезанное яблоко, свежий огурец (можно соленый), яйца, сваренные вкрутую, и колбасу. Все смешать, залить майонезом и сметаной.

САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С РЫБОЙ

350 г картофеля вареного * 200 г рыбы отварной * 50 г зеленого лука * 100 г майонеза * 100 г сметаны * 1 помидор * зелень укропа.

Картофель нарезать кубиками, рыбу отварить в небольшом количестве воды со специями, разделить на кусочки, лук мелко нарезать. Все перемешать, заправить майонезом, смешанным со сметаной, посыпать укропом.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЕДЬКОЙ

2—3 картофелины * 50 г репчатого лука * 3 ст. л. растительного масла * 1—2 шт. редьки.

Отваренный в «мундире» картофель очистить, нарезать тонкими ломтиками. Добавить натертую на терке редьку, мелко нарезанный лук. Посолить, полить растительным маслом. Все тщательно перемешать.

КАРТОФЕЛЬ С КАПУСТОЙ

60 г капусты * 40 г картофеля * 30 г лука * 6 ст. л. огуречного рассола * немного орехов * петрушки.

Капусту, картофель, лук мелко нарезать, заправить огуречным рассолом, добавить мелко нарезанный орех и петрушку.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ

500 г картофеля * 50 г зеленого лука * 2 ст. л. растительного масла * 1/4 стакана уксуса * соль * перец.

Сваренный картофель очистить от кожуры, нарезать ломтиками, посолить, посыпать перцем, смешать с уксусом и растительным маслом. Затем положить горкой в салатник и посыпать укропом, зеленью петрушки или мелко нарезанным зеленым луком.

САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ

1 кг картофеля * 3/4 стакана мясного бульона * 1/4 стакана уксуса * 60 г растительного масла * 10 г сахара * 15 г укропа или 30 г зелени петрушки * соль и молотый перец — по вкусу.

Картофель обмыть, отварить в кожуре, очистить и остудить. Часть его нарезать кружочками, остальной — ломтиками. Картофель, нарезанный ломтиками, уложить в глубокий салатник, влить в него горячий крепкий мясной бульон, уксус, растительное масло, положить молотый перец, сахар, соль и все хорошо перемешать. Заправленный салат положить горкой в салатник, украсить крупными кружочками картофеля. Сбрызнуть уксусом, посыпать укропом и зеленью петрушки.

КАРТОФЕЛЬНЫЙ САЛАТ С МЯСОМ И ОГУРЦАМИ

300 г мяса * 2—3 картофелины * по 1—2 огурца и помидора * 1 пучок зеленого лука * листья салата * $^1/_2$ стакана майонеза.

Любое отварное мясо нарезать кусочками, добавить ломтики отварного картофеля, соленого или свежего огурца, помидоры, зеленый лук, листья салата. Соль и перец по вкусу. Заправить майонезом.

САЛАТ «УКРАИНСКИЙ»

500 г вареного картофеля * 2—3 огурца * 1—2 моркови * 1—2 свежих яблока * 5 ст. л. зеленого горошка * 1 пучок зеленого лука * $^1/_2$ банки майонеза * подсолнечное масло * соль, перец черный молотый, уксус — по вкусу.

Свежие или соленые огурцы, вареный картофель, морковь и яблоко почистить, нарезать кубиками, смешать с мелко нарезанным мясом, с зеленым горошком и полить майонезом.

САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ

500 г картофеля * 100 г репчатого лука * 200 г майонеза * перец черный молотый * соль.

Картофель отварить, нарезать кубиками, лук мелко нарезать, все перемешать, посолить, поперчить, заправить майонезом.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОРЕХАМИ

60 г картофеля * $^1/_3$ головки луковицы * 4 ст. л. огуречного рассола * 2 ч. л. укропа * 40 г орехов * 1 ст. л. меда.

Картофель натереть на терке, мелко порезать лук, полить огуречным рассолом, мелко изрубить укроп. Все это должно постоять полчаса. Затем добавить измельченные орехи и мед.

САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЯБЛОКАМИ

2 яблока * 2 яйца * 4—5 картофелин * $^1/_2$ стакана майонеза * зеленый салат * соль.

Сваренный картофель нарезать дольками, яблоки нарубить. Все перемешать, посолить, залить майонезом, посыпать зеленью салата.

САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ И МАРИНОВАННЫХ ОГУРЦОВ

300 г маринованных огурцов * 300 г картофеля * 250 г моркови * 1 ст. л. хрена в уксусе * 1 $^1/_2$ стакана сметаны * соль * сахар * перец черный молотый.

Отваренный в кожуре картофель очистить и вместе с отварной морковью и очищенными от кожуры огурцами нарезать кубиками. К сметане добавить специи. Сначала в соус положить морковь и огурец, а затем картофель. Все тщательно перемешать.

САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ЧЕСНОКОМ

5 картофелин * 4 дольки чеснока * 4 ст. л. растительного масла * 1 ч. л. лимонного сока * пучок зеленого лука.

Очищенный картофель отварить в подсоленной воде. Потом картофель охладить, нарезать и переложить в салатник. Очищенные дольки чеснока протереть с солью, полить растительным маслом и перемешать.

САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ И ЩАВЕЛЯ

100 г шпината * 200 г отварного картофеля * 200 г щавеля * $^3/_4$ стакана сметаны * соль * сахар * укроп * зеленый лук.

Картофель нарезать кубиками. Шпинат, щавель, зеленый лук, укроп мелко нарезать и вместе с солью и сахаром добавить к сметане. Все хорошо перемешать.

КАРТОФЕЛЬНЫЙ САЛАТ С СЕЛЬДЬЮ И СВЕКЛОЙ

3 клубня картофеля * 1 свекла * 1 сельдь * 2 ст. л. подсолнечного масла * 1 ст. л. майонеза * головка лука.

Сварить в кожуре картофель и свеклу. Охладить, очистить, нарезать кубиками. Сельдь очистить от кожи и костей, нарезать на кусочки и перемешать с картофелем и свеклой, добавить нарезанный лук, полить подсолнечным маслом с уксусом и майонезом.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ

2—3 свеклы * 2 ст. л. растительного масла * $^1/_2$ стакана уксуса.

Сварить или испечь в духовом шкафу свеклу, очистить ее, нарезать соломкой, сложить в миску, посолить, посыпать перцем, прибавить масло, уксус, перемешать и уложить в салатник. Сверху посыпать укропом или зеленью петрушки.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ

300 г свеклы * 60 г сыра * 3 ст. л. майонеза * 2 зубчика чеснока.

Вареную свеклу нарезают соломкой, добавляют мелко нарезанный чеснок и заправляют горкой в салатник. При подаче посыпают любым сыром, натертым на крупной терке.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С КАРТОФЕЛЕМ

5—6 картофелин * 100 г зеленого горошка * 1 свекла * 1 яйцо * 1 стакан сметаны * перец черный молотый * соль.

Картофель и свеклу отварить и нарезать кубиками, все тщательно перемешать, посолить, добавить зеленый горошек, перец, залить сметаной. Посыпать рубленым яйцом.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ

1 кг свеклы * 200 г майонеза * 1 луковица.

Вареную свеклу и очищенный лук нарезать соломкой, заправить майонезом, посолить, перемешать.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЕЛЬДИ

2 сельди * 1 свекла * 2 яблока * 3 яйца * 1 стакан сметаны * 100 г зеленого лука * соль.

Свеклу отварить. Натереть ее на терке вместе с яблоками. Сельдь очистить от костей и нарезать полосками, лук мелко нарубить. В плоскую посуду выложить слоями свеклу, яблоки, яйцо, сельдь, заливая каждый слой сметаной, к которой добавлена соль. Салат посыпать рубленым луком.

САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ

300 г вареной свеклы * сок 1/2 лимона * 2 яблока * 1 ч. л. сахара * 2 ст. л. растительного масла * зелень петрушки * соль.

Свеклу и яблоки нашинковать на крупной терке, перемешать, добавить сок лимона, сахар, соль, заправить растительным маслом, украсить зеленью петрушки.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ С КОНСЕРВИРОВАННЫМ ОГУРЦОМ В СЛИВКАХ

1 консервированный огурец * 1 яблоко * 1 редька * 1 ст. л. сливок * сахар * соль.

Редьку натереть на терке, посыпать сахаром, солью, выложить в миску и встряхнуть. Огурец очистить от кожуры, нарезать мелкими кубиками, яблоко натереть. В сбитые сливки осторожно замешать подготовленные редьку, огурец и яблоко.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ С ПОМИДОРАМИ

300 г редьки * 2 помидора * 1 головка репчатого лука * 4 зубца чеснока * 100 г творога * $^1/_2$ стакана сметаны * соль.

Редьку натереть, отжать. Посолить, добавить мелко рубленные чеснок и лук, нарезанные помидоры, соль. Полить сметаной и посыпать творогом.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ И КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ

300 г квашеной капусты * 150 г редьки * 1 морковь * $^2/_3$ ч. л. сахара * 2 ст. л. растительного масла.

Редьку и морковь трут на крупной терке, смешивают с мелко нарезанной квашеной капустой. Заправляется этот салат растительным маслом с сахаром.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ СО СМЕТАНОЙ

400 г редьки * $^3/_4$ стакана сметаны * зеленый лук * соль.

Очищенную, вымытую редьку натереть на терке, посолить, размять деревянной толкучкой, оставить в закрытой посуде до появления сока. Затем редьку выложить в салатницу и залить сметаной, перемешать и посыпать рубленым луком.

САЛАТ ОВОЩНОЙ С РЕДЬКОЙ

1 огурец * 1 редька * 3 помидора * 1 головка репчатого лука * 2 яйца * 3 ст. л. растительного масла * уксус * зелень укропа * перец * 3 зубчика чеснока * соль.

Помидоры, огурец, редьку, лук и чеснок мелко потереть, нарубить зелень, перемешать. Добавить соль, уксус, перец, яйцо и растительное масло.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ С ПРОСТОКВАШЕЙ

700 г редьки * 200 г простокваши * перец черный молотый * зелень петрушки * соль.

Редьку очистить, промыть, натереть на крупной терке, посолить. Поперчить, заправить простоквашей, посыпать зеленью петрушки, луком.

САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ С РЕДЬКОЙ

400 г белокочанной капусты * 150 г редьки * $^2/_3$ ч. л. сахара * $^1/_2$ головки репчатого лука * 3 ст. л. сметаны * соль * 15 г зелени укропа.

Капусту нарезают тонкой соломкой, перетирают с солью. Добавляют натертую на крупной терке редьку, мелко режут лук. Заправляют сметаной, сахаром, солью. При подаче салат посыпают зеленью.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ

60 г редьки * 2 ч. л. подсолнечного масла * 2 ст. л. клюквенного сока.

Редьку нашинковать, смешать с подсолнечным маслом и добавить клюквенного сока. Дать постоять не менее получаса.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ И ЯБЛОК

200 г редьки * 1 яблоко * 1 головка репчатого лука * 2 ст. л. салатной заправки * соль * зелень.
Салатная заправка: **70 г растительного масла * 25 г столового уксуса * 3 г сахара * соль * перец.**

Очищенную от кожуры редьку протирают на терке. Посолив, дают постоять 15 мин, затем надо отжать сок, всыпать мелко нарезанный лук, зелень петрушки, а можно использовать и протертое яблоко. Перемешав, добавить салатную заправку, посыпать зеленью.

САЛАТ ИЗ РЕДЬКИ И МОРКОВИ

500 г моркови * 200 г редьки * 2 ч. л. подсолнечного масла * лук * соль.

Морковь и редьку очистить, вымыть, крупно нарезать, добавить мелко нарезанный лук, соль, подсолнечное масло. Можно подавать с маслинами, дольками крутого яйца.

САЛАТ ИЗ РЕДИСА С МАСЛОМ

2 пучка редиса * 100 г сливочного масла.

На тарелку положить размягченное масло, вокруг — целый редис, подрезав его кожицу и оставив у каждого 2 см зелени. Соль подавать отдельно.

САЛАТ ИЗ РЕДИСА И ОГУРЦОВ

200 г редиса * 200 г зеленого салата * 2 огурца * 150 г сметаны * зеленый лук * лимон * соль.

Овощи нарезать, зеленый салат нащипать руками, перемешать. Залить сметаной с солью и лимонным соком. Посыпать мелко нарезанным зеленым луком.

САЛАТ ИЗ РЕДИСА С МАЙОНЕЗОМ

300 г редиса * 1 яйцо * 150 г майонеза * 100 г зеленого лука * соль.

Редис нарезать кружочками, яйцо порубить, лук мелко нарезать, все перемешать, посолить, заправить майонезом.

САЛАТ ИЗ РЕДИСА И ТВОРОГА

400 г редиса * 100 г молока * 200 г творога * 1 ст. л. растительного масла * соль * зелень петрушки.

Редис мелко нарезать, перемешать с творогом, молоком, растительным маслом и солью. Салат посыпать зеленью петрушки.

САЛАТ ИЗ РЕДИСА В СМЕТАНЕ

150 г редиса * 30—50 г сметаны * $^1/_2$ ч. л. сахара * 5 г укропа * соль — по вкусу.

У красного редиса отрезать конец корешка и стебельки, с белого соскоблить кожицу. Редис промыть, обсушить, нарезать поперек очень тонкими кружочками (толщиной 1,5—2 мм), посолить и перемешать со сметаной и сахаром. Салат уложить горкой на тарелку, в салатник или вазочку, посыпать укропом и подавать на стол. К редису можно добавить свежие огурцы.

САЛАТ ИЗ РЕДИСА И ЯИЦ

100 г редиса * 2 сваренных вкрутую яйца * 3 ст. л. сметаны * укроп * соль.

Редис натереть на крупной терке, яйца нарезать дольками. К сметане добавить рубленый укроп, соль и залить редис и яйца.

ЛИСТОВОЙ САЛАТ С РЕДИСОМ

300 г листового салата * 100 г редиса * 4 ст. л. сметаны * зеленый лук * укроп * соль.

Салат нащипать, редис нарезать кружочками. К сметане добавить рубленый укроп и соль. Сметаной полить измельченные овощи. Салат посыпать нарезанным луком. Редис можно заменить свежими огурцами.

САЛАТ ИЗ КРАСНОГО СЛАДКОГО ПЕРЦА

По 200 г кольраби, красного перца и помидоров * по 100 г моркови и сельдерея * 200 г сгущенного молока.

Перец очистить от семян, нарезать соломкой, кольраби, сельдерей и морковь нашинковать, помидоры разрезать на 4 части. Все смешать со сгущенным молоком.

САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ

По 200 г помидоров, свежих огурцов и сладкого перца * 150 г репчатого лука * 200 г сметаны * 100 г панировочных сухарей * перец черный молотый * соль.

Из перца удалить семена, нарезать его соломкой, помидоры и огурцы нарезать ломтиками, лук нашинковать, сухари поджарить. Все перемешать, посолить, поперчить, залить сметаной.

САЛАТ ИЗ СЛАДКОГО ПЕРЦА С ГРИБАМИ

150 г сладкого перца * 100 г грибов * 4 ст. л. вареной фасоли * 3 помидора * 4 ст. л. майонеза * $^1/_2$ ст. л. томата-пюре * 1 ч. л. зелени петрушки.

Стручки перца, маринованные грибы нарезают соломкой, помидоры — ломтиками. Все перемешивают, добавляют вареную фасоль, заправляют майонезом, смешанным с томатом-пюре. При подаче салат посыпают зеленью.

САЛАТ ИЗ ПЕРЦА С ОРЕХАМИ

600 г сладкого перца * 3—4 зубчика чеснока * 80 г грецких орехов * $^1/_2$ стакана простокваши * 1 ст. л. растительного масла * соль — по вкусу.

Стручки перца запекают. Очищают от кожицы, удаляют сердцевину и семена, мелко нарезают.

Приготовление соуса: ядра грецких орехов и чеснок мелко рубят, добавляют простоквашу, масло, соль и хорошо взбивают. Этим соусом поливают подготовленный перец.

САЛАТ ИЗ ОСТРОГО КРАСНОГО ПЕРЦА

3 стручка красного перца * 3 помидора * 1 соленый огурец * 1 ст. л. зеленого укропа * 1 пучок зеленого лука * $^1/_2$ стакана майонеза.

Стручки перца нарезать как можно мельче, добавить измельченные огурцы и помидоры, рубленый зеленый лук и зелень. Все перемешать с майонезом, заправить и уложить в салатницу.

ОВОЩНОЙ САЛАТ ПО-ГРЕЧЕСКИ

По 200 г сладкого перца, соленых огурцов и помидоров * 2 яйца * 50 г томата-пюре * 200 г майонеза.

Очищенный от семян перец нарезать соломкой, огурцы — кубиками, помидоры и яйца разрезать на 4 части, все перемешать и залить майонезом, смешать с горчицей и томатом-пюре.

САЛАТ ИЗ ПЕРЦА, ЧЕСНОКА И ОРЕХОВ

500 г сладкого перца * 4—5 долек чеснока * 200 г сметаны * 150—200 г ядер грецких орехов * 1 ч. л. сока лимона * сахар * соль — по вкусу * зелень петрушки * перец черный молотый.

Перец испечь, очистить от кожицы, нарезать в виде лапши, орехи и чеснок растолочь, смешать с сахаром, черным молотым перцем, солью, соком лимона и сметаной. Перец заправить полученной массой, посыпать зеленью петрушки.

САЛАТ ИЗ БОЛГАРСКОГО ПЕРЦА

4—5 стручков болгарского перца * 1 пучок зелени * пучок зеленого лука * соль * винный уксус — по вкусу.

Болгарский перец очистить от плодоножек, нарезать тонкими соломками, смешать с мелко нарезанным луком, рубленой зеленью, посолить и дать постоять 15—20 мин. В салат добавить винный уксус.

САЛАТ ИЗ СЛАДКОГО ПЕРЦА С ЛУКОМ

450 г красного перца * 2 ст. л. растительного масла * 4 ч. л. 3 %-ного уксуса * 1 головка репчатого лука * перец черный молотый, соль — по вкусу.

Стручки перца запекают, после чего с них снимают кожицу и нарезают их крупной лапшой. Лук шинкуют полукольцами. Овощи перемешивают, заправ-

ляют растительным маслом, перцем, уксусом. Посолить по вкусу.

САЛАТ ИЗ ПЕРЦА С ПОМИДОРАМИ, ОГУРЦАМИ И БРЫНЗОЙ

500 г сладкого перца * 2 огурца * 150 г брынзы * 3 помидора * 1 луковица * 1 ст. л. растительного масла * 1 пучок зелени петрушки * 1 стручок острого перца * соль и уксус — по вкусу.

Испечь перец, очистить от кожицы, вычистить семена и мелко нарезать. Огурцы, помидоры нарезать кубиками. Лук нарезать мелкой соломкой, посолить. Все тщательно перемешать. Подготовленные продукты смешать, посолить и прибавить зелень петрушки, полить растительным маслом, хорошо перемешать и уложить в салатницу. Натереть брынзу на мелкой терке и посыпать салат.

САЛАТ ИЗ СЛАДКОГО ПЕРЦА ПО-ВЕНГЕРСКИ

400 г сладкого перца * по 100 г моркови, репчатого лука и помидоров * 300 г майонеза * перец черный молотый * соль.

Перец очистить от семян и нарезать соломкой, помидоры разрезать на 4 части, морковь нарезать кубиками, лук нашинковать, все смешать с майонезом, посолить и поперчить.

САЛАТ МЯСНОЙ С ЯБЛОКАМИ

400 г вареной говядины * 3 соленых огурца * 3 яблока * 2 картофелины * 100 г зеленого горошка * 2 $^1/_2$ стакана майонсза * 3 дольки чеснока * зелень петрушки.

Картофель отварить. Все продукты нарезать кубиками, добавить зеленый горошек, посолить. Заправить майонезом, посыпать зеленью с чесноком.

САЛАТ С КОЛБАСОЙ ИЛИ ВЕТЧИНОЙ

200 г колбасы или ветчины * 3—4 картофелины * 50 г сельдерея * 75 г (корнишонов) маринованных огурцов * 1 яблоко * 75 г салата * $^1/_2$ стакана майонеза.

Нарезать зеленый салат. Колбасу или ветчину, картофель, сельдерей, яблоки и корнишоны нарезать ломтиками, сложить в миску. Майонез смешать с небольшим количеством горчицы, мелко нарезанной зеленью петрушки и эстрагоном, прибавить уксус и посолить по вкусу. Заправить приготовленные продукты соусом, уложить в салатник и, при желании, украсить сверху ломтиками вареной свеклы, яблока и кольцами лука.

САЛАТ ИЗ МЯСА

200 г мяса * 4—5 картофелины * 2 огурца * 100 г зеленого салата * $^1/_2$ стакана майонсза.

Мясо вареное или жареное, очищенный вареный картофель и огурцы нарезать ломтиками, сложить в

миску, добавить майонез, соль и уксус, затем все это перемешать, сложить в салатник в виде горки и украсить листиками салата, нарезанными огурцами и кусочками мяса.

САЛАТ ИЗ СОСИСОК С ПОМИДОРАМИ

По 200 г сосисок и помидоров * $^1/_2$ стакана майонеза * 1 головка репчатого лука * перец черный молотый * соль.

Помидоры и сосиски нарезать кубиками, измельчить репчатый лук. Перемешать, посолить, заправить майонезом и посыпать перцем.

САЛАТ ИЗ ВЕТЧИНЫ И ПТИЦЫ С КОНСЕРВИРОВАННОЙ СТРУЧКОВОЙ ФАСОЛЬЮ

По 100 г ветчины, куриного мяса и стручковой фасоли * 250 г зеленого салата * 1 соленый огурец * 1 яблоко * 1 вареное яйцо * 2 картофелины * $^2/_3$ стакана майонеза * зелень петрушки * соль.

Картофель и курицу отварить. Салат и стручки фасоли нарезать на 2—3 части, остальные продукты — ломтиками. Все перемешать, заправить майонезом, посыпать зеленью, солью.

САЛАТ МЯСНОЙ СО СВЕЖИМИ ОВОЩАМИ

200 г мяса * 200 г риса * 2 огурца * 2 головки репчатого лука * 4 помидора * $^1/_2$ стакана чесночного соуса * зелень укропа * перец черный молотый * соль.

Мясо и рис отварить. Овощи нарезать тонкими кружочками, мясо — кубиками. Добавить чесночную заправку, перец, соль, все перемешать. Посыпать зеленью.

САЛАТ МЯСНОЙ С РИСОМ

250 г вареной говядины * 1 ст. л. крахмала * 1 стакан риса * 2 стакана майонеза * лимонный сок * соль * 3 апельсина.

Рис сварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг и промыть холодной водой. Сок апельсина развести водой (1:7), добавить крахмал, закипятить и сразу смешать с майонезом. Рис и кубики мяса перемешать, сбрызнуть лимонным соком, заправить приготовленным соусом. Подавать охлажденным.

САЛАТ ИЗ ВЕТЧИНЫ И ФАСОЛИ

200 г ветчины * 1 помидор * 50 г зеленого салата * 100 г фасоли * 50 г зеленого лука * 5 ст. л. растительного масла * соль * уксус.

Фасоль сварить и охладить. Ветчину нарезать кубиками, зеленый лук мелко порубить. Все перемешать и заправить уксусом, солью, растительным маслом. Украсить листьями салата, зеленым луком, дольками помидора.

САЛАТ ИЗ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ

400 г вареного мяса птицы * 100 г вареного сельдерея * 200 г белого вина * 100 г огурцов в горчичной заливке * 200 г вареных шампиньонов.

Мясо, шампиньоны, огурцы, сельдерей нарезать мелко, все перемешать, посолить, залить вином.

САЛАТ С ПЕЧЕНЬЮ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ

6 куриных печенок * 1 головка репчатого лука * 4 картофелины * 4 ст. л. растительного масла * соль.

Отварной картофель и жареную печень нарезать, добавить рубленый лук, посолить, заправить растительным маслом.

САЛАТ ИЗ КУРИНОГО МЯСА

400 г вареного или жареного куриного мяса * 200 г маринованных огурцов * 150 г отварного картофеля * 3—4 крупных яйца * 150 г консервированного зеленого горошка * 200 г майонеза * 1 ст. л. лимонного сока * 1 ч. л. томатного пюре * зелень * перец * сахар * соль.

Куриное мясо отделить от костей. Очищенные от кожуры огурцы, картофель, мясо и яйца нарезать полосками. К майонезу добавить соль, сахар, перец, лимонный сок, томатное пюре. В соус сначала положить огурцы, мясо, зеленый горошек и яйца, последним — картофель. Все осторожно перемешать.

САЛАТ «НЕЖНЫЙ»

35 г картофеля * 25 г моркови * 1 корень сельдерея * 35 г зеленого горошка * 30 г свежих огурцов * 55 г ветчины * 35 г маслин * 45 г майонеза * 50 г яблок * $^1/_2$ яйца * зелень.

Отварить картофель, морковь, корень сельдерея и нарезать их маленькими кубиками. Очищенные от кожицы свежие огурцы, маслины, яблоки, ветчину нарезать так же. Затем все хорошо перемешать, посолить, заправить майонезом.

САЛАТ С ВЕТЧИНОЙ ИЗ РЕДИСА И ЯИЦ

200 г ветчины * 4 яйца * 35 г редиса * лук * перец * петрушка * соль.

Редис очистить, нарезать и вместе с измельченным луком поджарить в масле. Добавить соль, перец и тушить 10 мин. Затем залить взбитыми яйцами с крупно нарезанной ветчиной и петрушкой.

САЛАТ ИЗ ВЕТЧИНЫ И РИСА

200 г вареной ветчины * 3 помидора * 4 ст. л. вареного риса * 3 стручка сладкого перца * 4 ст. л. консервированного зеленого горошка * 30 г зеленого салата * 5 г зеленого лука * 2 сваренных вкрутую яйца * $^3/_4$ стакана майонеза * зелень.

Ветчину, перец, листья зеленого салата нарезать соломкой, яйца и помидоры — тонкими ломтиками, зеленый лук мелко нарезают.

Все это смешивают, добавляют вареный рис, заправляют майонезом, солью, черным перцем.

САЛАТ ИЗ ДИЧИ

300 г вареного мяса дичи * 2 яблока * 2 апельсина * 60 г майонеза * немного острого соуса * сок лимона.

Яблоки и апельсины очистить, удалить семена. Фрукты и дичь нарезать тонкими ломтиками или кубиками и смешать. К майонезу добавить острый соус и сок лимона. Этой смесью заправить фрукты и дичь.

САЛАТ ИЗ ВЕТЧИНЫ И СЫРА

По 100 г ветчины и голландского сыра * 500 г маринованных огурцов * 250 г яблок * 150 г майонеза * 500 г зеленого лука * 100 г горчицы.

Ветчину, сыр, яблоки и огурцы нарезают тонкими полосками, хорошо перемешивают с майонезом, добавляют по вкусу горчицу и мелко нарезанный зеленый лук. Полученную смесь выдерживают 30 мин.

САЛАТ АНГЛИЙСКИЙ

200 г мяса цыпленка * 120 г грибов * 250 г сельдерея * 250 г майонеза * 30 г готовой столовой горчицы * 2 соленых огурца.

Сельдерей, нарезают соломкой, вареное филе цыпленка, соленые огурцы и сваренные грибы смешать, посолить по вкусу и заправить майонезом с горчицей. Все тщательно перемешать.

САЛАТ ИЗ ЦЫПЛЕНКА

220 г мяса цыпленка * 220 г макарон * 200 г сельдерея * 200 г свежих помидоров * 170 г грибов * 3 яйца * 200 г майонеза * черный перец — по вкусу * $^1/_2$ пучка петрушки.

Вареное филе цыпленка и сельдерей, нарезанные лапшой; вареные макароны, нарезанные кусочками длиной 5 см; мелко нарубленные сырые свежие помидоры; маринованные грибы, нарезанные ломтиками. Мелко нарубленную зелень петрушки и яйца, сваренные вкрутую и мелко нарезанные, смешать, заправить черным перцем, майонезом и солью по вкусу.

САЛАТ «ВЕНСКИЙ»

По 200 г мяса цыпленка и красного сладкого стручкового перца * 20 г уксуса * 20 г оливкового масла * по 150 г молодого зеленого горошка и риса * 30 г готовой столовой горчицы * 10 г зелени петрушки.

Стручки красного сладкого перца испечь, очистить и нарезать лапшой. Так же нарезать и мясо цыпленка. Отварить рис и молодой зеленый горошек. Подготовленные овощи смешать с рисом, заправить салатной заправкой из уксуса и оливкового масла, горчицей и солью по вкусу. Посыпать мелко нарубленной зеленью.

САЛАТ МЯСНОЙ С МАКАРОНАМИ

300 г отварного мяса * $^1/_2$ корня сельдерея * 12 грибов * 2 помидора * 3 моркови * 1 кусочек копченой колбасы * $^1/_2$ стакана майонеза * 3 яйца * 500 г макарон * лимонный сок * 2 ст. л. растительного масла * 4 ст. л. натертого сыра * черный перец * соль.

Макароны отварить в подсоленной воде. Очищенную морковь, сельдерей и грибы нарезать кубиками, отварить в слегка подсоленной воде, добавить растительное масло, затем воду слить, овощи охладить.

Мясо нарезать кубиками и посыпать черным перцем. Майонез развести овощным отваром, заправить по вкусу лимонным соком и посолить. Соединить соус (половину количества) с нарезанными овощами, залить разведенным майонезом, украсить помидорами и яйцом, посыпать натертым яйцом.

САЛАТ ИЗ РЫБНЫХ КОНСЕРВОВ С ОВОЩАМИ

2 консервные банки рыбных консервов * 1 луковица * 4 помидора * 250 г майонеза * 1 лимон * 100 г зеленого салата * зелень укропа.

Рыбу разделить на мелкие кусочки, репчатый лук мелко нарезать, помидоры нарезать дольками, зеленый салат разделать.

На дно салатницы положить листья салата, на них — кусочки помидоров и рыбы, лук. Залить майонезом, украсить ломтиками лимона и зеленью.

САЛАТ С РИСОМ И РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ

1 банка рыбных консервов в масле * 3 горсти риса * 1 луковица * 2 яйца * $^3/_4$ банки майонеза * соль — по вкусу.

Смешать отварной рис (чуть подсоленный) с рыбными консервами в масле, мелко нарезанными вареными яйцами и репчатым луком, добавить соль по вкусу и заправить все майонезом.

САЛАТ ИЗ ПЕЧЕНИ ТРЕСКИ С РИСОМ

1 банка консервов печени трески * 200 г риса * 1 свежий огурец * 1 яйцо * 2 луковицы * $^1/_4$ банки майонеза.

Рис отварить до рассыпчатого состояния, охладить, добавить печень трески и мелко нарезанные репчатый лук, свежий огурец, сваренное вкрутую яйцо. Все заправить майонезом.

САЛАТ ИЗ РЫБНЫХ КОНСЕРВОВ С МАКАРОНАМИ

1 банка рыбных консервов в томатном соусе * 2 маринованных огурца * $^1/_2$ банки консервированного зеленого горошка * 200 г макарон * 20 г кетчупа * $^1/_4$ банки майонеза * лимонный сок * соль.

Отварить макароны и перемешать их с рыбными консервами, нарезанными кубиками маринованными огурцами, консервированным горошком, кетчупом и майонезом. Полить салат лимонным соком, посолить.

САЛАТ «НАДЕЖДА»

2 помидора * 1 соленый огурец * 250 г рыбы * 1 луковица * 2 яблока * 1/2 банки майонеза * перец * горчица * соль.

Рыбу отварить в небольшом количестве воды, удалить кости и разделить на кусочки. Огурец, помидоры, яблоки и лук нарезать кубиками и соединить с кусочками рыбы. Посолить, заправить горчицей и перцем, смешать с майонезом.

САЛАТ ИЗ РЫБНЫХ КОНСЕРВОВ С КОНСЕРВИРОВАННОЙ КУКУРУЗОЙ

1 банка консервированной сладкой кукурузы * банка рыбных консервов в масле * репчатый лук и морковь — по вкусу * 5—6 яиц * чеснок * укроп * 1/4 банки майонеза.

Рыбные консервы перемешать с консервированной кукурузой, обжаренными морковью и луком, сваренными вкрутую рублеными яйцами, заправить майонезом, добавить измельченный чеснок, зелень укропа.

САЛАТ ИЗ РЫБЫ ГОРЯЧЕГО КОПЧЕНИЯ

200 г трески * 2 соленых огурца * 4 ст. л. консервированного зеленого горошка * 2 моркови * 3 картофелины * 1/2 стакана майонеза * 25 г зеленого салата * зелень петрушки * соль.

Сваренные и охлажденные овощи нарезать тонкими ломтиками, соединить с нарезанной рыбой, зеленым горошком, майонезом и все тщательно перемешать. Посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

САЛАТ С СЕЛЬДЬЮ И ОВОЩАМИ

200 г филе сельди * 2 огурца * 1 головка репчатого лука * яблоко * 1 вареная морковь * 3 картофелины * 2 яйца * 35 г зеленого салата * $^1/_2$ стакана майонеза * зелень * перец * соль.

Морковь, огурцы, картофель, яблоки, филе сельди, яйца нарезают мелкими ломтиками, репчатый лук шинкуют, листья зеленого салата нарезают соломкой.

Подготовленные продукты соединить и заправить майонезом. Салат можно украсить вареными яйцами, ломтиками яблок и огурцов, посыпать мелко нарезанной зеленью.

САЛАТ ИЗ ПЕЧЕНИ ТРЕСКИ

1 банка консервов «Печень трески в масле» * 4 яйца * 4 ст. л. мелко нарезанного зеленого лука.

Печень трески и белки яиц мелко порубить. Желтки тоже мелко порубить, размять, смешать с маслом из консервов и луком. Все компоненты смешать и положить в салатник.

САЛАТ С СЕЛЬДЬЮ И ОВОЩАМИ

По 100 г репы, свеклы, картофеля, огурцов и сельдерея * 150 г филе сельди * 10 яиц * 250 г майонеза * 10 г петрушки * черный перец и соль — по вкусу.

Морковь, сельдерей, свеклу, репу и картофель сварить и нарезать кубиками. Подготовленные овощи

смешать со свежими огурцами, нарезанными кубиками, и измельченным филе сельди. Заправить черным перцем, майонезом и солью по вкусу. Приготовленной массой наполнить оставшиеся белки яиц, сваренных вкрутую и разрезанных на продольные половинки. Наполненные половинки белков посыпать мелко нарезанной зеленью.

САЛАТ С СЕЛЬДЬЮ И МАЙОНЕЗОМ

100 г филе маринованной сельди * $^1/_2$ головки репчатого лука * 1 соленый огурец * 150 г майонеза * черный перец * соль.

Филе хорошо очищенной сельди слегка вымочить в холодной воде, затем мелко нарезать и смешать с мелко нарубленным луком и огурцом. Заправить майонезом и черным перцем, посолить.

САЛАТ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ

1 банка консервированной рыбы * 4—5 сваренных яйца * 150 г майонеза * по несколько капель лимонного сока и сока репчатого лука * черный перец * соль.

Рыбу отцедить от растительного масла или соуса, яйца очистить, отделить желтки и растереть, а белки мелко нарубить. Отцеженную рыбу протереть сквозь сито, прибавить остальные продукты и приправы, затем заправить майонезом. Хорошо все перемешать.

САЛАТ ИЗ СОЛЕНЫХ ИЛИ МАРИНОВАННЫХ ГРИБОВ

1 яблоко * 250 г грибов * 60 г зеленого горошка * 60 г зеленого лука * 2 луковицы * 3—4 ст. л. майонеза * зелень укропа * перец.

Нарезать грибы, репчатый лук и зеленый лук, добавить зеленый горошек и перемешать с майонезом, посолить, поперчить, добавить зелень.

САЛАТ ИЗ ФАСОЛИ И ГРИБОВ

1 стакан свежих вареных или маринованных грибов * 1 стакан белой фасоли * 2 яйца * 1 корень сельдерея.
Для соуса: по 1 стакану майонеза и сметаны * соль * сахар.

Фасоль нужно отварить до мягкости, процедить и остудить. Грибы мелко нарезать, яйца и сельдерей — кубиками. Приготовленные продукты залить соусом, перемешать.

САЛАТ ИЗ БЕЛЫХ ГРИБОВ

750 г белых грибов * 200 г майонеза * 2 головки репчатого лука * зелень петрушки * соль * перец черный.

Отварить грибы, нарезать кусочками, лук мелко нашинковать, все смешать с майонезом, добавить соль, перец и зелень петрушки.

САЛАТ ИЗ ШАМПИНЬОНОВ

600 г шампиньонов * 3 яйца * 200 г огурцов * 3/4 стакана сметаны * 2 ст. л. майонеза * 1 ст. л. рубленого укропа * сахар * соль * перец.

Отварить шампиньоны, яйца и очищенные от кожуры огурцы нарезать кубиками. К сметане добавить майонез, соль, сахар, перец, укроп. Все залить приготовленным соусом.

САЛАТ ИЗ МАРИНОВАННЫХ ГРИБОВ С МАЙОНЕЗОМ

300 г грибов * 2 картофелины * 200 г зеленого горошка * 2 яйца * 1 луковица * 50 г зеленого лука * 1/2 стакана майонеза.

Яйцо и грибы нарезать кусочками, картофель отварить и нарезать ломтиками. Добавить горошек и зеленый лук. Перемешать с майонезом. Украсить кольцами репчатого лука.

САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ГРИБОВ И ОВОЩЕЙ С МАЙОНЕЗОМ

200 г грибов * 2 корня спаржи * 1 яйцо * 2 корня сельдерея * 2 картофелины * 2/3 стакана майонеза * перец * соль.

Сельдерей, спаржу и картофель отварить и нарезать ломтиками. Грибы отварить, нарезать соломкой. Все перемешать и заправить майонезом, перцем, солью. Украсить яйцом.

СОЛЕНЫЕ РЫЖИКИ С ЛУКОМ

350 г рыжиков * 3 ст. л. подсолнечного масла * 1 головка репчатого лука.

Отделить рыжики от рассола. Лук нарезать кольцами, грибы — крупно, затем посыпать их луком и перцем, полить растительным маслом, украсить салат кольцами лука.

САЛАТ ИЗ ГРИБОВ

600 г свежих грибов * 1 стакан сметаны * 50 г репчатого лука * соль * укроп.

Грибы вымыть, отварить, нарезать кубиками, лук мелко нарезать, залить сметаной, посолить. Все смешать.

САЛАТ ИЗ ШАМПИНЬОНОВ

300 г шампиньонов * 2 яйца * 2 ст. л. сливочного масла * 2 ст. л. растительного масла * $^1/_2$ стакана сметаны * $^1/_2$ лимона * 1 яблоко * 1 головка репчатого лука * соль * сахар * укроп.

Грибы потушить в сливочном масле до готовности, охладить, нарезать. Яблоки, яйца, помидоры нарезать тонкими кружками. Выложить в салатницу, полить сметаной.

ЛУЧШИЕ КОРЕЙСКИЕ САЛАТЫ ИЗ МЯСА И РЫБЫ

РЫБНЫЕ КОРЕЙСКИЕ САЛАТЫ

САЛАТ С СЕЛЬДЬЮ И СВЕЖИМИ ПОМИДОРАМИ

500 г сельди * 300 г помидоров * 5 яиц * 270 г майонеза * 170 сельдерея * перец и соль — по вкусу.

Корни сельдерея очистить, промыть, замочить в холодной воде на 20—30 мин. Затем корни вынуть, обсушить, мелко нарезать, смешать с кусочками сельди, ломтиками яиц и дольками свежих помидоров. Заправить салат майонезом, посолить и поперчить по вкусу.

САЛАТ ИЗ СЕЛЬДИ С ГОРЧИЧНОЙ ЗАПРАВКОЙ

150 г филе сельди * 3 отварных картофелины * 2 ст. л. мелко нарезанного зеленого лука * по $^1/_2$ свежего огурца * яблока * соленого огурца * $^1/_2$ ст. л. мелко нарезанного укропа.
Заправка: **2 яичных желтка * 80 г 3 %-ного уксуса * 90 г растительного масла * сухая горчица, соль и черный молотый перец — по вкусу.**

Отварной картофель, филе сельди, огурец и яблоко нарезать ломтиками, добавить зеленый лук, укроп, все перемешать и полить салатной заправкой.

Для приготовления заправки протереть вареные яичные желтки через сито, смешать с сухой горчицей, солью, перцем. Влить в смесь уксус и растительное масло, тщательно все размешать.

САЛАТ С СЕЛЬДЬЮ И РЕПОЙ

300 г филе сельди * 200 г репы * 200 г сельдерея * 200 г моркови * 200 г огурцов * 200 г картофеля * 200 г свеклы * 500 г майонеза * черный перец и соль — по вкусу.

Сваренные вкрутую яйца разрезать вдоль пополам, вынуть желтки и мелко нарубить их вместе с филе сельди. Морковь, репу, сельдерей, свеклу и картофель отварить до готовности, нарезать мелкими кубиками, смешать с яичными желтками и сельдью. Добавить нарезанные свежие огурцы. Заправить смесь майонезом, посолить и поперчить по вкусу. Половинки белков заполнить приготовленной смесью, выложить на блюдо, украсить зеленью сельдерея.

КАРТОФЕЛЬНЫЙ САЛАТ С СЕЛЬДЬЮ

200 г отварного картофеля * 80 г филе сельди * 50 г лука * 1 ст. л. сметаны * 1 ст. л. мелко нарезанной зелени * 1 ст. л. растительного масла * $^1/_2$ ст. л. муки * соль * сахар * лимонный сок * молотый красный перец.

Картофель и филе сельди нарезать кубиками и смешать с измельченным репчатым луком. Для соуса растереть муку в половине стакана воды, влить растительное масло, вскипятить, помешивая, добавить сметану, лимонный сок, соль, сахар и красный перец. Готовый соус остудить и полить им салат. Сверху посыпать измельченной зеленью.

САЛАТ ИЗ СЕЛЬДЕРЕЯ С АНЧОУСАМИ

2 корня сельдерея * 7 филе анчоусов.
Соус: 3 ст. л. растительного масла * 1 ст. л. уксуса * зелень * черный молотый перец.

Сельдерей очистить, промыть и мелко нарезать. Приготовить соус: смешать растительное масло с уксусом, добавить мелко нарезанную зелень, перец и измельченное филе анчоусов. Все хорошо растереть и перемешать с сельдереем.

САЛАТ С АНЧОУСАМИ И РЕДИСОМ

8 филе анчоусов в растительном масле * 2 свежих огурца * 1 пучок редиса * 4 помидора * 1 пучок зелени петрушки * 2 ст. л. уксуса * 2 ст. л. растительного масла * ядра грецких орехов * листья салата-латука * соль и черный молотый перец — по вкусу.

Филе анчоусов измельчить вилкой, полить растительным маслом, уксусом и поперчить по вкусу. Редис и помидоры промыть, нарезать тонкими ломтиками, посыпать крупной солью, положить под гнет и оставить на 30 мин. В глубокое блюдо положить листья латука, сверху разместить кружочки помидоров и ломтики огурцов. Далее выложить нарезанный редис, посыпать молотыми грецкими орехами и измельченной зеленью петрушки. Полить салат приготовленным соусом из анчоусов и поставить в холодильник перед подачей к столу.

САЛАТ ОВОЩНОЙ С СОУСОМ ИЗ АНЧОУСОВ

2 картофелины * 3 помидора * 1 небольшая луковица * 1/2 дольки чеснока * 25 г маслин * 1 яйцо * соль.
Соус: **1/2 стакана оливкового масла * 3 филе анчоусов * 25 г маслин * 1/2 лимона * соль * молотый перец.**

Картофель и яйцо сварить, остудить, очистить и нарезать кружочками. Помидоры опустить на несколько секунд в кипяток, сполоснуть холодной водой, очистить от кожуры и нарезать дольками. Лук нарезать тонкими кружочками, чеснок измельчить.

Приготовить соус: маслины очистить от косточек и нарезать кусочками, сложить в ступку, добавить анчоусы и истолочь, подливая понемногу оливковое масло. Затем добавить лимонный сок, посолить и поперчить по вкусу.

На дно глубокого салатника положить кружочки картофеля, сверху — лук, затем — помидоры и кружочки яиц, все посыпать чесноком, полить приготовленным соусом и поставить на один час в холодильник. Перед подачей к столу украсить салат маслинами.

САЛАТ ИЗ ТРЕСКОВОЙ ИКРЫ

200 г копченой тресковой икры * 200 г брынзы * 1 ст. л. лимонного сока * молотая паприка * ломтики хлеба.

Брынзу измельчить, смешать с тресковой икрой и взбить вилкой до получения однородной массы. Посыпать молотой паприкой, полить лимонным соком. Подавать к столу с ломтиками хлеба.

САЛАТ С КОПЧЕНЫМ ЛОСОСЕМ

100 г копченого лосося, нарезанного тонкими ломтиками * 200 г гречишной лапши * 2 ст. л. оливкового масла * 100 г молодых побегов гороха * 2 помидора * 1 ст. л. мелко нарезанного лука * лимонный сок * соль * черный молотый перец.

Помидоры опустить на несколько секунд в крутой кипяток, затем обдать холодной водой и очистить от кожицы. Разрезать помидоры пополам, удалить семечки, а мякоть нарезать полосками.

Гречишную лапшу отварить до готовности, откинуть на дуршлаг, промыть и обсушить. Выложить лапшу в миску, добавить лимонный сок, оливковое масло, поперчить по вкусу и перемешать. Положить в миску побеги гороха, ломтики лосося, помидоры и зеленый лук, добавить соль, тщательно перемешать и сразу же подать к столу.

САЛАТ С КОНСЕРВИРОВАННЫМИ САРДИНАМИ

300 г консервированных сардин * 4 яйца * 1 стакан майонеза * 2 соленых огурца * 8 ст. л. отварного риса * зелень.

Яйца сварить вкрутую, нарезать мелкими кубиками. Сардины размять вилкой, смешать с отварным рассыпчатым сыром, добавить соленые огурцы, нарезанными тонкими ломтиками, и подготовленные яйца. Все продукты сложить в миску и заправить майонезом. Посыпать салат измельченной зеленью и поставить в холодное место на 1—2 ч.

САЛАТ ИЗ ТУШЕНОГО ХЕКА

500 г хека * 20 г сушеных грибов * 80 г вареной свинины * 20 г репчатого лука * 50 г моркови * 40 г свиного сала * 10 г соевого соуса * 20 г имбиря * 10 г кунжутного масла * 10 г сахара * 20 г зеленого лука * 20 г рисовой водки.

Замочить сушеные грибы в холодной воде. Рыбу нарезать кусочками, обжарить на свином сале и охладить. Морковь и вареную свинину нарезать кубиками. На сковороду выложить обжаренную рыбу, морковь, грибы и свинину, добавить измельченный

репчатый лук, влить немного воды и поставить на слабый огонь. Затем добавить соевый соус, имбирь, сахар, рисовую водку и кунжутное масло, тушить до испарения жидкости.

Готовую рыбу вместе с остальными продуктами переложить на тарелку, посыпать зеленым луком и подать к столу.

САЛАТ «МОРСКОЙ»

600 г филе скумбрии * по $^1/_2$ стакана майонеза и сметаны * 70 г зелени петрушки * * 2 яйца * 1 лимон * соль * перец.

Филе скумбрии отварить в подсоленной воде, остудить, нарезать ломтиками. Яйца сварить вкрутую, мелко нарубить, смешать с рыбой, посолить и поперчить по вкусу. Заправить салат майонезом, смешанным со сметаной, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки. Украсить дольками лимона.

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ САРДИНАМИ

7 крупных помидоров * 40 г сливочного масла * 1 банка консервированных сардин * 1 лимон * зелень петрушки * листья зеленого салата * соль * черный молотый перец.

Помидоры промыть, срезать верхнюю часть, выбрать мякоть и семена с соком. Сардины размять с мякотью лимона и помидоров, добавить размягченное сливочное масло, мелко нарезанную зелень петрушки, посолить и поперчить по вкусу. Смесь тщательно перемешать и наполнить ею подготовленные

помидоры. Выложить помидоры на листья зеленого салата, хорошо охладить и подать к столу.

ЗАКУСКА ЮЖНОКОРЕЙСКАЯ

2 крупных огурца * 1 стакан молока * тресковая икра * 1 ломтик хлеба * 25 г сливок * $^1/_2$ лимона.

Свежие огурцы очистить от кожуры, удалить семена, опустить на 3—4 мин в кипящую подсоленную воду, остудить под струей холодной воды и отцедить. В теплом молоке размочить ломтик хлеба, смешать с тресковой икрой, добавить сливки и лимонный сок. Взбить полученную смесь миксером, охладить и с помощью кулинарного шприца заполнить ею огурцы. Подавать к столу с дольками лимона.

САЛАТ ИЗ СТАВРИДЫ С КАБАЧКАМИ

2 филе ставриды * 1 салат-латук * 3 помидора * 2 кабачка * оливковое масло * кервель * винный уксус * соль * черный молотый перец.

Салат-латук очистить, промыть и обсушить. Помидоры очистить от семян и нарезать кубиками. Рыбу поместить на водяную баню на 3—4 мин, после чего охладить и нарезать небольшими кусочками. Кабачки очистить от кожуры, нарезать кружочками, посолить, поперчить и обжарить в небольшом количестве оливкового масла. Разложить салат-латук по порционным тарелкам, на него выложить кабачки, рыбу, кубики помидоров, посыпать все мелко нарезанным кервелем. Винный уксус смешать с оливковым маслом, добавить соль и сразу же подать к столу.

САЛАТ С КОПЧЕНОЙ ПИКШЕЙ

150 г копченой пикши * 1 помидор * 1 лимон * 15 г изюма * $^1/_2$ кочана молодой белокочанной капусты * 250 г грибов * 25 г сливочного масла * оливковое масло * соль.

Копченую пикшу нарезать тонкими ломтиками. Помидор обдать кипятком, очистить от кожицы, нарезать дольками. Замочить изюм в теплой воде на 20 мин, после чего вынуть его и отцедить. Капусту нашинковать тонкой соломкой, опустить на 20 сек в кипящую подсоленную воду, затем облить холодной водой и обсушить. Шампиньоны очистить, промыть и быстро обжарить на сковороде со сливочным маслом и лимонным соком. Салат посолить и поперчить по вкусу, украсить ломтиками рыбы и дольками помидоров.

САЛАТ С КАМБАЛОЙ

200 г рыбы * 1 луковица * 1 соленый огурец * 1 отварная картофелина * 1 сваренная морковь * 1 корень сельдерея * 3 ст. л. зеленого горошка * зелень * лавровый лист * $^1/_4$ банки майонеза * соль.

Морскую рыбу очистить от кожи и костей, нарезать крупными кусками, положить в кастрюлю и отварить с добавлением корня сельдерея, лаврового листа, соли и лука. Затем рыбу вынуть, дать стечь воде и нарезать ровными ломтиками.

Вареный картофель, морковь, соленый огурец нарезать кубиками, смешать с зеленым горошком и ломтиками рыбы. Заправить салат майонезом и посыпать мелко нарезанной зеленью.

САЛАТ С ТУНЦОМ

1/4 банки консервированного тунца * 1 стручок сладкого зеленого перца * 250 г помидоров * 60 г филе анчоусов * 2 яйца * 75 г маслин * 1 крупная луковица * растительное масло * уксус * соль * черный молотый перец.

Стручок сладкого перца промыть, удалить семена и плодоножку, нарезать тонкой соломкой. Филе анчоусов промыть, отцедить, нарезать небольшими кусочками. Яйца сварить, остудить, порезать дольками. В глубокой миске смешать сладкий перец с анчоусами и яйцами, добавить нарезанные ломтиками помидоры, нашинкованный репчатый лук и маслины без косточек. Заправить смесь уксусом, растительным маслом, солью и черным перцем. Кусочки тунца выложить в центр плоского блюда и окружить приготовленным салатом.

САЛАТ ИЗ ТУНЦА С РИСОМ

1/2 банки консервированного тунца * 100 г риса * 1 стручок сладкого перца * 1 помидор * 1 корнишон * 6 маслин без косточек * 1/2 ст. л. каперсов * 4 очищенных лесных ореха * 1/2 ч. л. горчицы * 50 г растительного масла * 1/2 ст. л. уксуса * 1 ч. л. молотого миндаля * 1 яичный желток * соль * черный молотый перец.

Вначале приготовить соус. Яичный желток растереть с горчицей, добавить растительное масло, уксус, соль и черный молотый перец. Все хорошо перемешать и поставить в холодильник.

Рис отварить в подсоленной воде до готовности, после чего отцедить и промыть холодной водой. Сладкий перец очистить от семян и кожицы, нарезать тонкой соломкой. Помидоры промыть, удалить семена, нарезать мякоть небольшими кусочками. Корнишон нарезать кружочками, тунец измельчить, маслины мелко нарезать. Смешать в салатнике все подготовленные продукты, добавить каперсы, миндаль и измельченные лесные орехи. Заправить салат приготовленным ранее соусом и тщательно перемешать.

САЛАТ ИЗ СУДАКА

500 г филе судака * 2 луковицы * 4 яблока * 4 помидора * 2 соленых огурца * 200 г майонеза * горчица * соль * перец.

Филе судака отварить до готовности в небольшом количестве воды. Затем остудить и нарезать небольшими кусочками. Яблоки очистить от кожуры, удалить сердцевину, нарезать ломтиками. Огурцы, помидоры и лук нарезать кубиками. Все продукты смешать, посолить, поперчить, заправить майонезом, смешанным с горчицей.

ЛИМОНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ РЫБОЙ

2 лимона * 3 ст. л. растительного масла * 1 веточка сельдерея * $^1/_2$ банки тунца в собственном соку * 1 корнишон * 1 яйцо * $^1/_2$ ч. л. горчицы * 1 ч. л. уксуса * 1 долька чеснока * $^1/_2$ ст. л. каперсов * $^1/_2$ ст. л. паприки * зелень петрушки * щепотка острого стручкового перца * соль * черный перец.

Срезать верхнюю часть лимонов с боковой стороны, сделать в мякоти выемку маленькой ложкой и

слегка отжать сок. Тунца вынуть из банки, отцедить, пропустить через мясорубку вместе с чесноком и корнишоном. Добавить измельченную зелень петрушки и сельдерея, лимонный сок и каперсы. Из растительного масла, горчицы, уксуса, яичного желтка, соли и перца приготовить майонез. Смешать пюре из тунца с майонезом. Наполнить лимоны полученной смесью выше уровня краев — в форме купола, украсить зеленью и кусочками сладкого перца.

САЛАТ С ТРЕСКОЙ

300 г филе трески * 5 горошин черного перца * 1 1/2 ст. л. уксуса * 1 ст. л. растительного масла * листья зеленого салата * лавровый лист * 15 г филе салаки в масле * 2 спелых авокадо * 1 луковица * 1/2 стакана сухого вина * 1/2 ч. л. сахара * 1/2 ст. л. горчицы * немного тертого хрена * 50 г консервированных крабов * 1/2 ст. л. каперсов * 1 пучок зеленого лука * соль * перец.

Вскипятить в кастрюле 1/2 л воды, добавить соль, лавровый лист, черный перец горошком и немного уксуса. Положить филе трески и отварить его до готовности. Затем филе вынуть, остудить и нарезать небольшими кусочками. Из оставшегося уксуса, соли, перца и растительного масла приготовить маринад и полить им листья зеленого салата. Оставить листья салата в маринаде на 15—20 мин, после чего листья вынуть и выстлать ими большое плоское блюдо. Остывшие кусочки трески и ломтики авокадо выложить на салатные листья.

Затем приготовить соус. Второй плод авокадо очистить, удалить косточки, мелко нарезать. Взбить в миксере авокадо, филе салаки и измельченный репчатый лук до пюреобразной консистенции. Добавить

вино, сахар, горчицу, хрен, каперсы, измельченный лук, все хорошо перемешать. Полить треску и ломтики авокадо приготовленным соусом. Украсить салат консервированными крабами.

САЛАТ «ПРАЗДНИЧНЫЙ»

120 г тресковой икры * 2 ломтика черствого хлеба * 4 тонких ломтика копченой семги * $^{1}/_{4}$ стакана молока * 100 г оливкового масла * 2 ст. л. икры зубатки * 2 яйца * лимонный сок * маслины.

Ломтики черствого хлеба залить молоком. Выложить в эмалированную посуду тресковую икру, добавить отжатый хлебный мякиш, хорошо перемешать, подливая маленькими порциями оливковое масло. Когда смесь загустеет, добавить лимонный сок и вновь тщательно перемешать. На середину каждого ломтика копченой семги положить немного приготовленной смеси, свернуть ломтики в трубочку и разложить на блюде. Сверху на приготовленные рулетики положить по кружочку сваренного вкрутую яйца, а на него — немного икры зубатки. Украсить блюдо маслинами и подать к столу как самостоятельную закуску.

КОРЕЙСКИЕ САЛАТЫ ИЗ МОРЕПРОДУКТОВ

САЛАТ ИЗ КАЛЬМАРОВ С СОЕВЫМ СОУСОМ

350 г филе кальмара * 50 г зеленого лука * 10 г соевого соуса * 50 г зеленого салата * 10 г растительного масла * 5 г уксуса.

Зеленый лук и салат хорошо промыть, обсушить и мелко нарезать. Филе кальмара очистить от пленок и опустить на несколько минут в кипящую воду. Затем филе вынуть, обдать холодной водой и нарезать крупной соломкой. Смешать в салатнике подготовленную зелень с филе кальмара, сбрызнуть смесь уксусом, заправить растительным маслом и соевым соусом. Салат перемешать и поставить на 1—2 ч в холодное место.

КАЛЬМАРЫ С СУХИМ БЕЛЫМ ВИНОМ

350 г кальмаров * 65 мл сухого белого вина * 1 помидор * 1 долька чеснока * 1/2 ст. л. соли * 1/2 ст. л. лимонного сока * оливковое масло * зелень петрушки * соль и белый перец — по вкусу.

Дольку чеснока мелко нарубить ножом. С помидоров снять кожицу и нарезать ломтиками. Кальмаров промыть, натереть солью, оставить на 15—20 мин. Затем соль смыть, а кальмаров нарезать колечками. Поджарить кальмары на оливковом масле, добавить чеснок, помидор, вино, мелко нарезанную зелень пет-

рушки. Закрыть крышкой и тушить до мягкости. Заправить блюдо солью, перцем и лимонным соком.

ЖАРЕНЫЙ КАЛЬМАР

400 г филе кальмара * 40 г соевого соуса * 100 г растительного масла * 10 г сахара * 7 г имбиря * 40 г вина.

Филе кальмара промыть, обсушить и нарезать кусочками. Имбирь истолочь в ступке, смешать с соевым соусом, вином и растворенным в воде сахаром. Положить кусочки филе в приготовленную смесь и выдержать, постоянно помешивая, 5—6 часов. Затем откинуть филе на дуршлаг, отцедить жидкость и жарить на растительном масле до готовности.

СОЕВЫЙ САЛАТ С КАЛЬМАРОМ

200 г кальмара * 200 г соевого сыра * 200 г соевых бобов * 200 г риса * 2 сладких болгарских перца * 2 моркови * 2 огурца * 2 луковицы * зелень сельдерея.
Маринад: 200 г майонеза * 200 г яблочного уксуса * 2 лимона * 4 ст. л. сухого белого вина * 100 г зелени * 4 дольки чеснока * соль * перец.

Для приготовления маринада смешать все указанные в рецептуре продукты и прогреть смесь до 50—60°С. Отварить до готовности соевые бобы и рис, затем вынуть их из отвара и залить горячим маринадом. Мякоть консервированного кальмара нарезать кубиками. Морковь, огурцы, лук и сладкий перец порезать соломкой. Измельчить соевый сыр и зелень сельдерея. Все продукты положить в остывший маринад и перемешать. Поставить салат в холодильник на 1—2 ч.

САЛАТ «КЛАССИЧЕСКИЙ»

$^{1}/_{2}$ банки консервированных кальмаров * 1 соленый огурец * $^{1}/_{2}$ стакана консервированных оливок без косточек * 1 яблоко * 2 отварные картофелины * 2 яйца * зеленый горошек * майонез * зеленый лук.

Консервированных кальмаров нарезать соломкой, добавить тертое яблоко, мелко нарезанные яйца и оливки. Отварной картофель и огурец нарезать кубиками. Смешать все продукты в салатнике, заправить майонезом по вкусу. При подаче украсить салат зеленым луком.

КРАБОВЫЙ САЛАТ С ОВОЩАМИ

150 г крабов * 4 яйца * 60 г картофеля * 100 г зеленого салата * 50 г цветной капусты * 100 г моркови * 30 г зеленого горошка * 40 г помидоров * 20 г маслин * 80 г майонеза * соль и перец — по вкусу.

Консервированных крабов нарезать небольшими кусочками. Зеленый салат промыть, обсушить, нарезать соломкой. На середину плоского блюда выложить заправленный майонезом зеленый салат, сверху положить кусочки крабов. Вокруг разложить соцветия вареной цветной капусты, кружочки яиц и вареной моркови, зеленый горошек и дольки помидоров. Украсить салат ломтиками яблок и маслинами. Майонез подать отдельно в соуснике.

САЛАТ С КАЛЬМАРАМИ И ЗЕЛЕНЫМ ЛУКОМ

400 г филе кальмара * 4 соленых огурца * 150 г зеленого лука * 7 картофелин * 200 г сметаны * зелень * соль и перец — по вкусу.

Картофель отварить, остудить и нарезать ломтиками. Соленые огурцы порезать соломкой. Зеленый лук промыть, обсушить и мелко нашинковать. Все овощи сложить в глубокий салатник. Филе кальмара тщательно промыть, очистить от кожицы, слегка отбить с обеих сторон и отварить в подсоленной воде в течение 5 мин. Филе нарезать тонкой соломкой и смешать с подготовленными овощами. Салат посолить и поперчить по вкусу. Перед подачей к столу заправить салат сметаной и посыпать мелко нарезанной зеленью.

САЛАТ ИЗ РЫБЫ И КРАБОВОГО МЯСА

250 г рыбы * 4 маринованных огурчика * 2 сваренных вкрутую яйца * 5 крабовых палочек или крабового мяса.

Соус: 3 сваренных вкрутую яйца * 120 г растительного масла * 1 ч. л. уксуса * 1 ч. л. острой горчицы * 2 ст. л. мелко нарезанной зелени * соль * черный молотый перец.

Для приготовления соуса следует отделить яичные желтки от белков. Желтки размять, добавить горчицу, соль и перец. Затем по капле добавлять растительное масло, постоянно помешивая. Влить уксус, положить зелень, все тщательно перемешать.

Филе любой рыбы отварить, остудить и нарезать мелкими ломтиками. Выложить кусочки рыбы на середину блюда или тарелки, залить приготовленным соусом. Вокруг уложить мелкие маринованные огур-

чики, нарезанные соломкой крабовые палочки и кружочки сваренных вкрутую яйца. Украсить блюдо веточками петрушки.

САЛАТ ПРЯНЫЙ ИЗ МОРЕПРОДУКТОВ

700 г кальмара * 25 сырых королевских креветок * 25 морских гребешков * 1 соленый огурец * 4 ст. л. зеленого лука * 4 ст. л. листьев кинзы * 20 листиков мяты * 5 стручков красного перца чили * 1 стебель лимонной травы * 100 г бобовой нитяной лапши * рыбный бульон или вода.

Бобовую нитяную лапшу замочить в теплой воде на 20—30 мин. Затем лапшу обсушить, нарезать кусочками длиной 3—5 см, выложить на блюдо. В кипящем бульоне или воде отварить морепродукты по отдельности в течение нескольких минут, после чего остудить, нарезать соломкой и смешать с лапшой. Добавить в салат мелко нарезанный зеленый лук, соленый огурец, чили, стебель лимонной травы и листики мяты. Все тщательно перемешать и подавать, украсив блюдо веточками кинзы.

КРАБОВЫЕ ПАЛОЧКИ ПО-КОРЕЙСКИ

15 крабовых палочек * 1 ст. л. растительного масла * 1 яйцо * 50 г панировочных сухарей * 15 г тертого сыра * 1 долька чеснока * $^1/_2$ стакана сливок * 1 ст. л. мелко нарезанной петрушки * $^1/_2$ апельсина * соль * перец.

Дольку чеснока мелко нарубить и слегка обжарить на сковороде вместе с крабовыми палочками. Яйцо взбить со сливками, добавить соль и черный

молотый перец. Обмакнуть крабовые палочки в яичную смесь, обвалять в сухарях и обжарить в растительном масле до золотистого цвета. При подаче посыпать палочки тертым сыром и зеленью. Украсить дольками апельсина.

ЗАКУСКА ИЗ КРАБОВ С БЕЛЫМ ВИНОМ

20 крабов * 1 ч. л. тмина * 2 стакана белого вина * 2 ч. л. муки * 4 лавровых листа * 4 ст. л. сливочного масла * соль и перец — по вкусу.

Растопить в кастрюле сливочное масло, положить подготовленных крабов и обжарить их до розового цвета, периодически переворачивая. Затем добавить вино, молотый тмин, соль, перец, лавровый лист, накрыть кастрюлю крышкой и варить на медленном огне в течение 15 мин. Подавать крабов к столу в горячем виде.

КРАБОВЫЙ САЛАТ С КАБАЧКАМИ

10 крабов * 250 г рыбы * 100 г кабачков * 2 яйца * 1 яблоко * 3 свежих огурца * 150 г зеленого салата * $^1/_2$ ст. л. сахара * $^1/_2$ банки майонеза * соль — по вкусу.

Кабачки очистить от кожуры, удалить семечки, нарезать мякоть небольшими ломтиками. Сварить в кипящей подсоленной воде, не допуская размягчения. Филе любой рыбы, крабов и яйца отварить. Рыбу и яблоко нарезать кубиками. Огурцы и листья зеленого салата нарезать соломкой. Смешать в салатнике подготовленные продукты, залить майонезом, сме-

шанным с сахаром, посолить по вкусу. Украсить салат дольками вареных яиц.

САЛАТ ИЗ ГОВЯДИНЫ

500 г говяжьего филе * 1 огурец * 2 луковицы * 3 ст. л. рыбного соуса * лимонный сок * 2 ст. л. мелко нарезанного зеленого лука * 2 стручка красного перца чили * зелень кинзы * листики мяты.

Огурец очистить от кожуры и нарезать тонкой соломкой. Говяжье филе поджарить в гриле до полуготовности, после чего охладить, нарезать ломтиками, смешать с огурцом и измельченным репчатым луком. Заправить салат рыбным соусом и лимонным соком, добавить мелко нарезанный зеленый лук, все тщательно перемешать, украсить зеленью кинзы, листиками мяты, посыпать салат красным чили. Подавать к столу охлажденным.

ЗАКУСКА ИЗ ГОВЯДИНЫ С ГРУШАМИ

400 г говяжьей вырезки * 400 г груш * 6 г чеснока * 4 г соли * 40 г зеленого лука * 10 г соевого соуса * 4 г кунжута * 10 г сахара * 40 г кунжутного масла * 10 г молотых орехов * черный перец.

Говяжью вырезку слегка обжарить на сковороде и нарезать тонкими ломтиками. Груши очистить, нарезать соломкой и опустить на 20—30 мин в соленую воду, после чего вынуть и красиво разложить по краям большого плоского блюда. В нарезанное мясо положить сахар, добавить толченый лук и чеснок, заправить черным молотым перцем, кунжутом и соевым соусом. Все очень тщательно перемешать. За-

тем влить кунжутное масло и выложить приготовленную массу на середину блюда с грушами. При подаче к столу посыпать мясо и груши тертыми орехами, украсить зеленым луком.

САЛАТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ

300 г говядины * 25 г репчатого лука * 240 г белокочанной капусты * 25 г растительного масла * 75 г томатного сока * соль — по вкусу.

Говяжье филе нарезать ломтиками, слегка обжарить в растительном масле, после чего добавить нашинкованную капусту, лук. Влить томатный сок, немного воды или бульона и довести до готовности. Подать салат к столу в холодном виде.

САЛАТ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ

100 г жареной говядины * $^1/_2$ стакана риса * 1 апельсин * соль — по вкусу.
Соус: 125 г растительного масла * 1 ст. л. уксуса * 1 желток * 1 ст. л. сахара * 1 ст. л. муки * соль.

Приготовить соус, майонез. Для этого взбить желток с солью и сахаром, добавить уксус и растительное масло, все тщательно растереть. Рис отварить до готовности, отцедить, промыть холодной водой. Апельсины разрезать пополам. Одну половинку разрезать небольшими кусочками, смешать с рисом и с ломтиками жареной говядины. Из второй половинки апельсина отжать сок, разбавить его водой, всыпать муку и хорошо перемешать. Полученную смесь доба-

вить в майонез, размешать, заправить салат. Перед подачей к столу салат охладить.

ХВЕ ИЗ ПЕЧЕНИ

500 г говяжьей печени * 10 г соли * 10 г уксуса * 40 г растительного масла * 30 г сахара * 40 г зеленого лука * 10 г чеснока * 500 г груш * 2 г кунжута * 1 г концентрированного куриного бульона.

Говяжью печень промыть, нарезать тонкими узкими кусочками и слегка обжарить в растительном масле. Затем печень посыпать сахаром, добавить измельченные лук и чеснок, концентрированный куриный бульон, кунжут и уксус. Все хорошо перемешать и оставить на 15—20 мин. Из части груш отжать немного сока, остальные плоды нарезать брусочками и опустить на 15 мин в соленую воду. В центр блюда положить подготовленную говяжью печень, полить грушевым соком, по краям разложить ломтики груш. Перед подачей к столу салат охладить.

ХВЕ ИЗ ГОВЯЖЬЕЙ ВЫРЕЗКИ

150 г говядины * 2 луковицы * 3 зубчика чеснока * 1/2 ч. л. сахара * 1/2 ч. л. кориандра * 1 ч. л. соевого соуса * 1/2 ст. л. уксусной эссенции * зелень петрушки и укропа * 1 стручок сладкого перца * 1 ст. л. растительного масла * соль * черный молотый перец.

Репчатый лук очистить, нарезать полукольцами, смешать со сладким перцем, нарезанным соломкой, и обжарить с овощами в растительном масле. Мясо промыть, обсушить, нарезать тонкой соломкой, влить

уксусную эссенцию, посолить и мариновать 5—6 часов. Затем мясо переложить в салатник, добавить обжаренные овощи и измельченный чеснок, заправить перцем и кориандром. Салат перемешать, полить соевым соусом и посыпать зеленью.

САЛАТ С КУРИЦЕЙ

100 г отварного куриного мяса * 100 г отварных макарон * 100 г соленых грибов * 75 г помидоров * 2 вареных яйца * майонез * 1 ст. л. зелени петрушки * соль * перец.

Помидоры промыть, ошпарить кипятком, снять кожуру и нарезать аккуратными ломтиками. Мясо курицы нашинковать в виде лапши, смешать с отварными макаронами, добавить помидоры, яйца, измельченную зелень петрушки и ломтики соленых грибов. Салат посолить и поперчить по вкусу, заправить майонезом.

САЛАТ КУРИНЫЙ С ЧЕСНОКОМ

150 г куриного филе * 1 луковица * 1 зубчик чеснока * $^1/_2$ ч. л. кунжута * $^1/_2$ ч. л. уксусной эссенции * черный и красный молотый перец * соль * оливковое масло.

Репчатый лук нарезать полукольцами, чеснок мелко изрубить. Обжарить в оливковом масле лук и чеснок, добавить кунжут, кориандр и уксусную эссенцию. Филе курицы отварить, нарезать соломкой, смешать с луком и чесноком, заправить солью, красным и черным перцем. Подавать к столу охлажденным.

САЛАТ ИЗ КУРИНОГО МЯСА С ОГУРЦАМИ

100 г куриного мяса * 200 г огурцов * 10 г уксуса * 10 г зеленого лука * 5 г соевого соуса * 1 яйцо * 5 г сахара * 3 г чеснока * 5 г горчичного порошка * 1 г стручкового перца * 2 г растительного масла * 4 г соли.

Куриное мясо отварить в подсоленной воде до готовности, после чего мясо вынуть, остудить и, отделив от костей, нарезать тонкими ломтиками. Огурцы очистить от кожуры и нарезать соломкой. Горчичный порошок залить небольшим количеством воды и тщательно размешать до образования пастообразной массы. Яйцо взбить, подсолить и поджарить на сковороде в виде блинчика. Нарезанные огурцы, ломтики куриного мяса, измельченный лук и чеснок смешать с горчицей, растительным маслом, уксусом и соевым соусом. Заправить салат соусом и солью, перемешать и поставить в холодильник. Подавать к столу, украсив поджаренным яйцом и стручковым перцем, нарезанным соломкой.

ЗЕЛЕНЫЙ САЛАТ С КУРИНОЙ ПЕЧЕНКОЙ

3 куриных печенки * 75 г шпината * 75 г кресс-салата * 1 ломтик гусиной печенки * 15 г сливочного масла * 40 мл портвейна * 3 ст. л. оливкового масла * 3 ст. л. арахисового масла * 2 дес. л. винного уксуса * 2 ст. л. бульона * 1 маринованный шампиньон * зелень * соль * черный молотый перец.

Приготовить соус из оливкового и арахисового масла с добавлением винного уксуса, соли и перца.

Шпинат и кресс-салат промыть, нарезать и смешать с приготовленным соусом. Куриную печенку слегка обжарить в сливочном масле, затем вынуть из сковороды и сохранить в горячей виде. В сковороду влить портвейн и куриный бульон, довести до кипения. Разложить шпинат и салат на блюде, посыпать измельченной зеленью, положить печенку и полить соусом из портвейна и бульона. Украсить салат шампиньоном и тонкими ломтиками гусиной печенки. Сразу же подать к столу.

САЛАТ С КУРИНЫМИ ПОТРОХАМИ ПО-КОРЕЙСКИ

500 г потрохов * 50 г соевого соуса * 25 г репчатого лука * 20 г петрушки * 20 г укропа * 15 г рисовой водки * соль * по 2 г душистого перца * бадьяна * корицы и гвоздики.

С куриной печенки срезать желчный пузырь, тщательно промыть, обдать кипятком и остудить. Желудки разрезать, очистить, хорошо промыть и снять с внутренней стороны пленку. Затем подготовленные желудки отварить в подсоленной воде с добавлением специй до готовности. Охлажденные потроха нарезать ломтиками, выложить в салатник, добавить измельченный репчатый лук и зелень. Заправить салат рисовой водкой, соевым соусом, полить бульоном, в котором варились желудки, хорошо перемешать. Подавать к столу охлажденным.

САЛАТ «ВОНГ»

140 г куриного мяса * 20 г лука * 500 г огурцов * 20 г уксуса * 10 г сахара * 10 г чеснока * 10 г соевого соуса * 10 г горчицы * 10 г растительного масла * 10 г соли * по 2 г кунжутного семени и перца.

Огурцы очистить от кожицы и нарезать ломтиками. Сырое куриное мясо расщепить на тонкие полоски, смешать с мелко нарезанным зеленым луком, добавить огурцы, соль, сахар и перец. Заправить салат растительным маслом, соевым соусом, уксусом, горчицей, посыпать кунжутным семенем и мелко нарезанным чесноком. Все тщательно перемешать и поставить на 1—2 ч в холодильник для маринования.

САЛАТ ИЗ СВИНИНЫ С ИМБИРЕМ

500 г свинины * 4 зубчика чеснока * 4 ст. л. рисовой водки * 6 ст. л. растительного масла * 4 ломтика свежего имбирного корня * 350 г бобовых побегов * 400 г рисовой лапши * зеленый салат * лимонный сок * листья мяты * соль * черный молотый перец.

Чеснок и имбирь размельчить, разделить полученную массу на равные половины. Одну половину смешать со свининой, нарезанной тонкими ломтиками, приправить солью и перцем, влить рисовое вино и оставить мариноваться на 1 час. В сковороде разогреть масло и поджарить оставшийся чеснок и имбирь в течение нескольких секунд. Затем добавить в сковороду свинину вместе с маринадом и жарить до готовности. Бобовые побеги ошпарить кипятком, про-

мыть холодной водой и обсушить. Лапшу отварить до готовности, промыть и отцедить.

Смешать лапшу с бобовыми побегами, ошпарить кипятком, промыть в холодной воде и обсушить. Добавить нарезанные листья салата, мяты, влить лимонный сок. Выложить полученную смесь на блюдо и, сделав в центре лапши углубление, поместить туда обжаренную свинину. Украсить блюдо листьями зеленого салата и мяты.

МОРКОВЬ С КУРИНЫМ МЯСОМ ПО-КОРЕЙСКИ

250 г куриного мяса * 25 г соевого соуса * 20 г репчатого лука * 50 г моркови * 10 г растительного масла * 3 г чеснока * $^1/_4$ стакана мясного бульона или воды * $^1/_2$ ст. л. уксуса * немного кунжутного семени * соль — по вкусу.

Морковь очистить, нарезать соломкой, слегка посолить и оставить на некоторое время, чтобы она пустила сок. Мясо нарезать ломтиками, быстро обжарить в хорошо разогретом масле, добавить соевый соус, измельченный лук и продолжить жарку, пока лук не станет золотистым. Затем долить мясного бульона или горячей воды и тушить блюдо до полной готовности мяса. Смешать отжатую морковь с мясом, добавить мелко рубленный чеснок, кунжутное семя и уксус. Салат перемешать и охладить.

САЛАТ С УТИНОЙ ГРУДИНКОЙ

300 г утиной грудинки * 100 г стручкового горошка * 1 ст. л. растительного масла * 1 морковь * 200 г лапши * зеленый лук * зелень кинзы * соль.
Маринад: **1 ст. л. кунжутного масла * 1 ч. л. молотого кориандра * соль * перец.**
Заправка: **1 ст. л. чесночного уксуса * 1 ст. л. поджаренного кунжутного семени * 1 ч. л. сахара * 1 ч. л. соевого соуса * 3 ст. л. подсолнечного масла * молотый перец.**

Утиную грудинку нарезать тонкими ломтиками, залить подготовленным маринадом и поставить в холодное место на 30 мин. Отварить на пару мелко нарезанную морковь и стручки сахарного горошка. Яичную лапшу отварить в подсоленной воде до готовности, откинуть на дуршлаг, промыть и обсушить. Утиную грудинку вынуть из маринада и обжарить в растительном масле, постоянно помешивая лопаткой. Приготовить заправку. Смешать уксус, сахар, соевый соус и кунжутное семя. Всыпать черный молотый перец. Смесь взбить, постепенно вливая подсолнечное и кунжутное масло. Лапшу выложить на большое блюдо, полить заправочной смесью и перемешать. Добавить горошек, морковь, зеленый лук и ломтики утиного мяса, все перемешать с лапшой. При подаче к столу украсить салат зеленью кинзы.

САЛАТ ИЗ МЯСА ЦЫПЛЕНКА

2 стакана отваренного и нарубленного мяса цыпленка * 150 г корня сельдерея * 1 стручок сладкого перца * $^1/_2$ стакана творога * 1 стакан кетчупа * 1 яйцо * 2 ст. л. миндаля * листья зеленого салата * зеленый лук * соль.

Кетчуп и творог тщательно взбить миксером, добавить мелко нарезанный зеленый лук, ломтики вареного яйца и соль. Массу хорошо перемешать. Корень сельдерея и сладкий стручковый перец нарезать тонкой соломкой, смешать с мясом цыпленка, сельдереем и перцем, поставить в холодильник на сутки. Перед подачей на стол выложить смесь на листья зеленого салата и посыпать обжаренным миндалем.

САЛАТ ИЗ КУРИНОГО ФАРША

230 г куриного фарша * 2 стручка красного перца чили * 2 ст. л. соевого соуса * 1 ст. л. обжаренного молотого риса * 1 ст. л. листьев кинзы * 1 огурец * 1 помидор * листья салата * зеленый лук * веточки мяты.

Куриный фарш потушить на сковороде с антипригарным покрытием в небольшом количестве воды. Готовый фарш выложить в миску, добавить обжаренный рис, нарезанный красный чили, зеленый лук и кинзу. Все хорошо перемешать и заправить соевым соусом. На большое плоское блюдо выложить листья зеленого салата, на них разложить кусочки огурцов и помидоров, поверх овощей поместить мясную смесь. Подавать к столу, украсив веточками мяты.

ЭКЗОТИЧЕСКИЙ САЛАТ С МЯСОМ КОПЧЕНОГО ЦЫПЛЕНКА

1 копченый цыпленок * $^1/_2$ стакана майонеза * 3 ст. л. сметаны * 400 г консервированных ананасов * 2 ст. л. апельсинового сока * 1 ч. л. порошка кари * 5 ст. л. молока * зеленый салат * кокосовые хлопья * 200 г клубники, разрезанной пополам.

Приготовить заправку для салата. Смешать в миске апельсиновый сок, кари, майонез, сметану и молоко. Мясо копченого цыпленка нарезать кусочками, смешать с клубникой и ломтиками консервированных ананасов. Листья зеленого салата тщательно промыть, обсушить и выложить на порционные тарелочки. На салат положить фрукты и кусочки цыпленка, сверху залить заправкой. При подаче украсить салат кокосовыми хлопьями.

САЛАТ КУРИНЫЙ С ОРЕХАМИ

500 г лапши * 300 г вареного куриного мяса * 100 г обжаренных грецких орехов.
Соус: 3 зубчика чеснока * 4 ст. л. арахисовой пасты * 4 ст. л. сладкого соуса «Чили» * 2 ст. л. соевого соуса * 1 ст. л. винного уксуса * 2 ст. л. кунжутного масла * 4 ст. л. куриного бульона или воды * зеленый лук * мелко нарезанные листья кинзы.

Отварить лапшу до мягкости, откинуть на дуршлаг, промыть холодной проточной водой, обсушить. Приготовить соус. Растереть измельченный чеснок с оливковым маслом, добавить все остальные ингредиенты и тщательно перемешать. Переложить приготов-

ленный соус в салатник, добавить лапшу и ломтики куриного мяса, посыпать мелко нарубленными орехами, слегка перемешать и сразу же подавать.

САЛАТ «СОЛНЕЧНЫЙ»

100 г свиной грудинки * $^1/_2$ стакана абрикосов без косточек * 1 ст. л. растительного масла * $^1/_2$ ст. л. горчицы * 2 апельсина * 1 пучок зеленого лука * $^1/_2$ стакана нарезанных свежих шампиньонов * соль — по вкусу.

С апельсинов снять корку, мякоть нарезать как можно мельче, абрикосы разделить на две половинки. Смешать фрукты с горчицей. Свиную грудинку нарезать небольшими кусочками и жарить без крышки 15—20 мин. Затем выложить на мясо половину фруктовой смеси и жарить еще 15 мин. Посолить по вкусу. В небольшую кастрюлю влить растительное масло, положить грибы и мелко нарезанный зеленый лук. Жарить 5—7 мин, после чего добавить в кастрюлю вторую половину фруктовой смеси, немного кипяченой воды и тушить все на слабом огне в течение 10 мин. Готовую свиную грудинку выложить в большую глубокую тарелку, сверху разложить ломтики грибов и фрукты, украсить салат дольками апельсинов. Подавать к столу в холодном виде.

САЛАТ «АРОМАТНЫЙ»

125 г говядины * 1 помидор * 1 ст. л. яблочного уксуса * 1 долька чеснока * 1 ст. л. оливкового масла * 1 стручок сладкого перца * $^1/_4$ стакана измельченного базилика * 1 пучок зеленого салата * соль * черный молотый перец.

Помидоры, сладкий перец, базилик мелко нарезать. В небольшой кастрюле смешать яблочный уксус, оливковое масло, измельченную дольку чеснока, добавить подготовленные овощи, перемешать, закрыть крышкой и поставить в холодильник на 3—4 ч. Мясо нарезать тонкими ломтиками, посолить, поперчить и обжарить, помешивая, на среднем огне. Листья салата разложить на большом плоском блюде, поверх них положить мясо и овощную смесь. Украсить салат листочками базилика.

САЛАТ С СУХОФРУКТАМИ

500 г любых сухофруктов * 400 г сырой корейки * 1 лимон * 1 ст. л. крахмала * кусочек корицы * соль.

Сухофрукты замочить в теплой воде на 10—12 часов. Корейку положить в кастрюлю, залить 500 мл воды и варить в течение 30 мин. С лимона снять корку, нарезать ее тонкой соломкой, из мякоти отжать сок. Сухофрукты с водой, в которой они были замочены, поставить на огонь, довести до кипения, добавить корицу и нарезанную цедру лимона. Положить полусваренную корейку и поварить ее вместе с фруктами и цедрой 20—30 мин. Перед окончанием варки посолить по вкусу. Готовую корейку вынуть и наре-

зать мелкими кусочками. Крахмал развести в небольшом количестве воды, заправить этой смесью бульон, добавить лимонный сок. Кусочки корейки выложить на блюдо, украсить вареными сухофруктами, полить охлажденным бульоном.

МАССА ИЗ ВЕТЧИНЫ

250 г постной ветчины * 125 г майонеза * 50 г свежих сливок * 1 ст. л. томатного соуса * 2 яйца * соль * перец.

Ветчину пропустить через мясорубку, смешать с майонезом, сливками, томатным соусом и взбитыми яйцами. Смесь посолить и поперчить по вкусу, перемешать, выложить в маленькие салатники, смазанные сливочным маслом, и поставить в холодильник на 2—3 ч.

СОУСЫ, ЗАПРАВКИ И МАРИНАДЫ ДЛЯ МЯСНЫХ И РЫБНЫХ КОРЕЙСКИХ САЛАТОВ

ЗАПРАВКА РЫБНАЯ

Голова или плавники любой рыбы * 50 г шампиньонов * 1 луковица * 250 мл сухого белого вина * 1 л воды * 3 ст. л. растительного масла * 1 ч. л. лимонного сока * 1 морковь * пучок зелени * соль и перец — по вкусу.

Голову или плавники рыбы отварить в подсоленной воде. Приготовленный бульон процедить. Овощи

и грибы очистить, промыть и мелко нарезать. Разогреть растительное масло, положить в него овощи и грибы, обжарить до появления золотистого оттенка. Затем добавить рыбный бульон, лимонный сок, сухое белое вино, измельченную зелень, посолить и поперчить по вкусу. Заправку подержать на медленном огне 15—20 мин, после чего слегка остудить и пропустить через сито. Заправка используется как основа соусов для рыбных салатов.

ЗАПРАВКА ДЛЯ САЛАТОВ ИЗ МОРЕПРОДУКТОВ

$^1/_2$ стакана растительного масла * $^1/_2$ стакана 3 %-го уксуса * $^1/_2$ ст. л. сахара * соль и перец — по вкусу.

Тщательно перемешать все ингредиенты. Приготовляется перед заправкой салата.

СОУС-МАРИНАД

$^1/_2$ стакана сухого красного марочного вина * 1 луковица * 1 лук-шалот * $^1/_2$ ст. л. муки * щепотка сахара * 15 г сливочного масла * соль * черный молотый перец.

В небольшой кастрюле разогреть сливочное масло, добавить муку и оставить на огне до тех пор, пока смесь не приобретет коричневый цвет. Лук-шалот и репчатый лук измельчить, добавить вино, посолить, поперчить, поставить смесь на слабый огонь и выпарить на $^1/_3$. Приготовленную смесь выложить в обжаренную муку, добавить сахар, довести до кипения и снять с огня. Готовый соус процедить через сито.

МАРИНАД ДЛЯ МЯСА

$^1/_2$ стакана уксуса * 1 морковь * 1 лук-шалот * 500 мл сухого белого вина * 1 луковица * 1 долька чеснока * 1 веточка тимьяна * 1 корень сельдерея * 1 бутон гвоздики * 1 лавровый лист * зелень петрушки * 2 ст. л. растительного масла * $^1/_2$ ч. л. растительного масла * $^1/_2$ ч. л. соли * $^1/_2$ ч. л. черного молотого перца * 3 ягоды можжевельника * 2 веточки розмарина.

Очистить морковь, луковицу и лук-шалот. Нарезать овощи кружочками. Сельдерей очистить, промыть, нарезать соломкой. Положить овощи в кастрюлю с горячим растительным маслом, слегка обжарить, добавить другие компоненты и оставить на медленном огне на 15—20 мин. Готовый маринад снять с огня и остудить.

МАРИНАД ДЛЯ ДИЧИ

250 мл сухого белого вина * 1 луковица * 1 долька чеснока * 2 дольки лимона * 1 морковь * $^1/_2$ стакана растительного масла * 1 лук-шалот * 1 лавровый лист * 3 веточки тимьяна * зелень петрушки * черный перец горошком.

Чеснок, лук, морковь и лук-шалот очистить и мелко нарезать. Зелень петрушки и тимьян измельчить. Смешать овощи и зелень, добавить растительное масло, лавровый лист и перец горошком. Влить вино и лимонный сок. Все компоненты тщательно перемешать.

МАРИНАД ДЛЯ РЫБЫ

1 ст. л. уксуса * 5 веточек тимьяна * 2 лавровых листа * 1 пучок зелени петрушки * 1 луковица * соль * черный молотый перец.

Луковицу очистить от шелухи и нарезать кружочками. Зелень петрушки и тимьян мелко нарезать, залить уксусом, добавить лавровый лист, посолить и поперчить по вкусу.

БЕЛЫЙ СОУС К МЯСУ

4 яичных желтка * 4 дольки чеснока * 1 стакан оливкового масла * лимонный сок * соль * черный молотый перец.

Чеснок очистить от шелухи и истолочь. В глубокой миске взбить яичные желтки с чесноком, солью и перцем, постепенно добавляя по несколько капель оливкового масла, затем влить лимонный сок и продолжать взбивать до очень густого состояния. Подавать к рыбе и морепродуктам.

СОУС МАСЛЯНЫЙ К РЫБЕ

4 яичных желтка * 4 дольки чеснока * 1 стакан оливкового масла * лимонный сок * соль * черный молотый перец.

Чеснок очистить от шелухи и истолочь. В глубокой миске взбить яичные желтки с чесноком, солью и перцем, постепенно добавляя по несколько капель оливкового масла, затем влить лимонный сок и продолжать взбивать до очень густого состояния. Подавать к рыбе и морепродуктам.

СОУС ЧЕСНОЧНЫЙ К РЫБЕ

1 стакан оливкового масла * 5 долек чеснока * 7 лесных орехов * 1 сырое яйцо * 1 лимон * соль * черный молотый перец.

Лесные орехи очистить от скорлупы и шелухи. Истолочь в ступке чеснок и орехи, добавить 1 ст. л. оливкового масла и растереть все до получения густой массы. Затем ввести в массу желток, лимонный сок, соль и черный молотый перец. Постоянно помешивая, долить понемногу оставшееся оливковое масло. Готовый соус охладить.

СОУС К САЛАТАМ С БАРАНИНОЙ

7 долек чеснока * $^1/_2$ стакана мясного бульона * соль.

Очищенный чеснок истолочь вместе с солью до получения густой массы. Добавить мясной бульон и перемешать.

СОУС С УКРОПОМ

1 небольшой корень укропа * 1 ст. л. семян укропа * 25 г сливок * 250 мл молока * 2 яичных желтка * щепотка шафрана * соль * черный молотый перец.

В небольшую кастрюлю положить семена укропа, залить молоком, довести до кипения, снять с огня, закрыть крышкой и оставить настаиваться в течение

10—15 мин. Корень укропа очистить и опустить на несколько минут в кипящую подсоленную воду. Затем остудить корень укропа под струей холодной воды и нарезать мелкими кубиками. Взбить в миске яичные желтки, добавить процеженное молоко, положить шафран и сливки, посолить и поперчить по вкусу. Добавить нарезанный корень укропа и перемешать.

СОУС ИЗ ЗЕЛЕНОГО ЛУКА

40 г зеленого лука * 40 г готовой горчицы * 2 желтка * 500 мл сметаны * 2 лимона * соль * сахар.

Зеленый лук промыть, обсушить и мелко нарезать. Свежие или вареные желтки растереть с горчицей и сахаром до однородной массы. Продолжая растирать, постепенно добавлять сметану. Заправить солью, лимонным соком и перемешать с нарезанным зеленым луком.

СОУС «БЫСТРЫЙ»

200 г яблочного пюре * 3 ч. л. томатной пасты * 2 ч. л. пюре из сладкого перца * соль * черный перец.

Все компоненты смешать, заправить по вкусу солью и перцем. Подавать как заправку к салатам из дичи.

СОУС С ГРУДИНКОЙ

250 г копченого свиного окорока * 250 г жира от грудинки * 80 г сливочного масла * $^1/_3$ стакана мясного бульона * 2 стакана сухого белого вина * 4 ст. л. мадеры * 2 ст. л. муки * 4 шампиньона * соль * черный молотый перец.

Жир от грудинки нарезать кубиками, обжарить на сливочном масле, слегка посыпав мукой, до золотистого оттенка. Затем помешивая, влить мясной бульон, сухое вино и мадеру, добавить шампиньоны, нарезать кружочками, держать на очень слабом огне, постоянно помешивая в течение 10—15 мин. Соус посолить и поперчить по вкусу.

СОУС К САЛАТАМ С ОТВАРНЫМ МЯСОМ

200 г жирного творога * $^1/_2$ стакана молока * 4 ст. л. уксуса * по 50 г зеленого лука-порея, петрушки и чеснока, соль, горчица — по вкусу.

Творог тщательно размешать с молоком до получения однородной массы. Затем добавить измельченную зелень, горчицу, уксус, соль и все тщательно перетереть деревянной ложкой до пастообразного состояния.

ХОЛОДЦЫ

ХОЛОДЕЦ ИЗ СВИНИНЫ

500 г свинины * 80 г мякоти говядины * 300 г свиных ножек * 2 моркови * 1 корень петрушки * 1 лук-порей (без зелени) * луковица * $^1/_2$ корня сельдерея * 5 горошин черного перца * 2 лавровых листа * зелень петрушки * соль.

Выбрать средней жирности мясо поросенка, лучше всего часть плеча. Ноги разрубить, вымыть, свинину разделать на куски. Все положить в кастрюлю, залить холодной водой так, чтобы она еле покрывала мясо, вскипятить и снять пену.

Говядину обжарить до коричневого цвета и положить в кастрюлю. Добавить очищенные и вымытые ароматические коренья, соль, одну нарезанную и обжаренную без жира морковь. Холодец варить на очень слабом огне (чем меньше огонь, тем он будет вкуснее и прозрачнее). В конце варки добавить перец и лавровый лист. Холодец готов, когда мясо легко отделяется от костей.

Мясо вынуть из жидкости и нарезать кусочками, снять жир с бульона, бульон процедить. В формочки выложить нарезанную морковь, зелень петрушки,

9. Зак 155

сверху положить кусочки мяса, залить все процеженным бульоном и поставить в холодное место для застывания.

ХОЛОДЕЦ ПО-ГРЕЧЕСКИ

500 г ветчины * 1 яйцо * 700 г мясного желе * оливки * 1 красный сладкий перец.

Из любых костей сварить крепкий бульон, влить подготовленный желатин и остудить. Ветчину нарезать в виде ромбиков, кубиков, звездочек, уложить на блюдо, украсить оливками, колечками красного сладкого перца и кружочками крутого яйца. Залить продукты мясным желе и поставить холодец на холод для полного застывания.

ХОЛОДЕЦ «ЛЬДИНКА»

2 кг свиных ножек * 2 корня петрушки * 1 морковь * 1 луковица * 2 лавровых листа * 6—7 горошин черного перца * соль.

Свиные ножки опалить, тщательно промыть в проточной холодной воде, разрубить вдоль и замочить на 3—4 ч. Затем еще раз промыть, залить водой, поставить на сильный огонь, вскипятить, снять пену. Уменьшить огонь до минимума, положить коренья, лук, лавровый лист, перец горошком, соль, варить до готовности мяса. Готовое мясо вынуть из бульона, отделить от костей, нарезать кубиками. Бульон процедить, залить им мясо и дать покипеть еще 5 мин. Затем разлить холодец в формы и охладить.

ХОЛОДЕЦ «РЫБНИК»

1 кг рыбы (судак) * 50 г сливок * 1 яйцо * 800 г желе * $^1/_2$ банки майонеза * 2 соленых огурца * 1 луковица * зеленый горошек * красный маринованный перец * черный молотый перец * соль.

Подготовленного судака разделать на филе и отварить в подсоленной воде с добавлением лука, кореньев, перца горошком и лаврового листа. Готовое филе вынуть из бульона, пропустить через мясорубку, добавить майонез, сливки, зеленый горошек, мелко нарубленное яйцо и зелень. Рыбный бульон процедить, ввести разбухший желатин и приготовить желе. Добавить в фарш приготовленное желе, перемешать и поставить для застывания на холод.

Загустевшую массу выложить на смоченный водой пергамент, завернуть в виде рулета и вновь поставить на холод. Застывший рулет нарезать на порции, украсить красным маринованным перцем, луком и солеными огурцами. Сверху залить рулет оставшимся желе и поставить в холодильник.

ХОЛОДЕЦ ИЗ КУРИЦЫ

1 курица (2 кг) * 2 моркови * 2 корня петрушки * 1 луковица * 7 горошин черного перца * 1 лавровый лист * соль.

Курицу разделить на крупные куски, вымыть, залить холодной водой так, чтобы она только покрывала мясо. Вскипятить, снять пену, добавить нарезанные ломтиками ароматические коренья, соль и варить на слабом огне до готовности. В конце варки

добавить перец и лавровый лист. Бульон процедить и в случае надобности осветлить взбитым белком. Мясо отделить от костей и нарезать.

В формочки выложить нарезанную морковь, зеленый горошек, зелень петрушки и кусочки куриного мяса. К бульону добавить разбухший желатин (на 1 стакан жидкости — 4 г желатина), дать ему раствориться и заполнить формочки. Поместить их на холод и дать бульону застыть. Подавать с фруктовым салатом и майонезом.

ХОЛОДЕЦ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ

800 г телятины * 600 г телячьих ног * 100 г мякоти говядины * 1 морковь * 1 корень петрушки * 1 луковица * 2 лавровых листа * соль * перец горошком.

Отварное мягкое мясо вынуть из бульона, отделить от костей и пропустить через мясорубку. Полученный фарш смешать с процеженным бульоном, еще раз вскипятить, влить в ополоснутую холодной водой форму и в холодном месте дать застыть. Перед подачей холодец вынуть из формы и нарезать ломтиками. Украсить овощами.

ХОЛОДЕЦ «ПЕТУШОК — ЗОЛОТОЙ ГРЕБЕШОК»

1 петух * 2 луковицы * 2 моркови * 1 ч. л. желатина * 2 яйца * 1 зубчик чеснока * зелень петрушки * перец горошком * соль.

Петуха очистить от перьев, опалить, обмыть холодной водой, удалить потроха и еще раз хорошо промыть. Отрубить голову, ноги — до коленного сустава. Разрубить тушку на куски, сложить в кастрюлю,

добавить потроха, залить водой (на 1 кг мяса — 2 л воды), поставить на огонь. Кастрюлю крышкой не накрывать. Когда бульон закипит, снять пену, убавить огонь. Через 1,5 ч опустить в кастрюлю очищенные и разрезанные пополам луковицы, морковь и посолить бульон. Варить до готовности мяса. Мясо вынуть, переложить в тарелку.

В бульон всыпать перец, влить желатин. Все размешать, снять с огня, процедить через марлю. Желатин нужно соответствующим образом подготовить: в стакан холодного бульона всыпать желатин, размешать и оставить на 20 мин. Влить в горячий бульон (но не варить!). Мясо без костей разложить в несколько глубоких тарелок или положить в большое блюдо, добавить кружочки крутых яиц, вареной моркови (из бульона). Посыпать зеленью петрушки, добавить толченый чеснок. Залить бульоном, поставить в холодное место.

ХОЛОДЕЦ «ОСОБЫЙ»

400 г крабов * 4 ст. л. сливок * 4 ст. л. майонеза * 2 яйца * 700 г желе * 1 лимон * зелень петрушки.

Мясо консервированных крабов обсушить и нарезать небольшими кубиками. Добавить к крабам мелко нарезанные яйца, сливки, майонез, сок лимона, влить желе. Все хорошо перемешать, разложить в креманки, украсить листиками петрушки и поставить в прохладное место для застывания.

СТУДНИ

СТУДЕНЬ ТЕЛЯЧИЙ

4 телячьих ножки * 5 яиц * 2 моркови * 2 головки лука * 1 корень петрушки * 3 лавровых листа * перец * соль.

Ошпаренные телячьи ножки насухо вытереть салфеткой, натереть мукой и опалить. Затем разрубить ножки вдоль, промыть, положить в кастрюлю, залить холодной водой выше уровня ножек на 4—5 см, прибавить морковь, петрушку, лавровый лист, немного перца и варить на слабом огне 4 ч. Морковь и лук варить 1 час.

По окончании варки снять с поверхности жир, вынуть коренья, лук, лавровый лист, мякоть отделить от костей, порубить ее или пропустить через мясорубку. Кости положить обратно в бульон и варить, пока не останется 5—6 стаканов бульона. Затем бульон процедить, смешать с мясом, довести до кипения, посолить по вкусу, разлить в формы и охладить.

СТУДЕНЬ СБОРНЫЙ

500 г говяжьего филе * 300 г свиной вырезки * 1 баранья нога * свиная голова * 1 морковь * 2 зубчика чеснока * 1 луковица * 2 лавровых листа * 1 корень петрушки * перец горошком * зелень * соль.

Обработать свиную голову и баранью ногу, залить их холодной водой и варить на слабом огне около 7 ч, постоянно снимая жир. Через 3 ч положить в бульон мясо и продолжать варить. За час до окончания варки положить морковь, лук, корень петрушки, перец и лавровый лист. Готовое мясо вынуть из бульона и нарубить. Бульон процедить, соединить с мясом, посолить, довести до кипения, добавить растертый чеснок, разлить по формам и охладить.

СТУДЕНЬ ПО-ДОМАШНЕМУ

1 кг говяжих субпродуктов (головы, ноги, губы) * 2 луковицы * 1 морковь * 1 корень петрушки * 2 л воды * 1 лавровый лист * 7 горошин перца * соль.

Субпродукты тщательно промыть, обсушить, опалить и залить холодной водой на 2—3 ч. Затем разрубить на куски, еще раз хорошо промыть, сложить в кастрюлю, залить холодной водой и поставить варить. Варить субпродукты следует 5—7 часов. За час до окончания варки положить в кастрюлю коренья, лук, перец, лавровый лист и соль. С готового бульона снять жир, удалить лавровый лист и дать настояться. Затем мясо вынуть из бульона, отделить от костей и пропустить через мясорубку. В процеженный бульон

положить мясо, добавить толченый чеснок, прокипятить и остудить. Готовый студень разлить в формы и поставить на холод для застывания.

СТУДЕНЬ «МОЗАИКА»

700 г свиных ножек * 400 г телячьей ноги * 2 моркови * 1 соленый огурец * по 1 корню петрушки и сельдерея * уксус * 2 луковицы * 2 лавровых листа * соль.

Ножки тщательно промыть, при необходимости опалить, нарубить крупными кусками, залить холодной водой и поставить на слабый огонь. Когда вода закипит, снять пену, добавить коренья, лук, лавровый лист, соль. Варить до готовности, не давая кипеть.

Готовое мясо вынуть из бульона, нарезать кусочками, смешивая с ломтиками соленых огурцов, и разложить на блюде. Бульон вскипятить, опустить в него неочищенную луковицу, затем процедить и заправить уксусом. Залить мясо подготовленным бульоном и остудить. При подаче к столу украсить зеленью петрушки.

СТУДЕНЬ ГОВЯЖИЙ

2 говяжьих ноги * губы * 2 моркови * 1 луковица * 1 корень петрушки * лавровый лист * перец горошком * 2 яйца * соль.

Говяжьи ноги и губы опалить, разрезать на части, разрубив кости, вымочить в холодной воде в течение 3—4 ч, вымыть щеткой, обмыть чистой холодной водой, сложить в кастрюлю и залить холодной

водой так, чтобы уровень ее был выше уровня субпродуктов примерно на 7 см.

За час до окончания варки добавить морковь, лук, петрушку, лавровый лист и немного перца горошком. Кастрюлю накрыть крышкой, довести воду до кипения и варить мясо на слабом огне 6 часов, периодически снимая жир с поверхности бульона, пока мясо не будет легко отделяться от костей. После варки снять с поверхности весь жир, вынуть лавровый лист, отделить мякоть от костей, пропустить ее через мясорубку, смешать с процеженным бульоном и довести до кипения. Затем посолить по вкусу, размешать и разлить в формы. При заливке в студень можно положить сваренные вкрутую и нарезанные кружочками яйца. Готовый студень поставить в холодильник.

СТУДЕНЬ «ХОЛОДНИК»

2 свиные ножки и голова * лавровый лист * перец * соль.

Тщательно очистить ножки и голову, положить в кастрюлю, залить водой, вскипятить, снять пену, посолить, положить перец, лавровый лист и варить до готовности. Затем мясо отделить от костей и нарезать. Бульон осветлить взбитыми сырыми яйцами, доведя до кипения, и процедить. Смешать мясо с полученным бульоном, разлить в формы и поставить в холодильник для застывания.

СТУДЕНЬ «ПРОЗРАЧНЫЙ»

Говяжья нога * полгубы * по 1 корню петрушки, сельдерея и моркови * 1/4 стакана уксуса * 1/2 лимона * лавровый лист, перец горошком, соль — по вкусу.

Ногу и губу хорошо очистить, промыть, натереть мукой и опалить. Затем разрубить ногу на части, положить в кастрюлю вместе с губой, залить холодной водой, добавить коренья, посолить и поставить варить на сильный огонь. Когда коренья сварятся, вынуть их из бульона, а мясо продолжать варить до тех пор, пока оно не будет свободно отделяться от костей. Готовое мясо освободить от костей и нарезать.

Бульон процедить, добавить взбитые яйца, хорошо перемешать и вскипятить. Снова процедить бульон и добавить уксус. Мясо разложить в формы, украсить лимоном, вареными кореньями и залить бульоном. Дать застыть.

СВИНАЯ ГОЛОВА В ЖЕЛЕ

Свиная голова * 4 луковицы * 3 яйца * белый хлеб * 200 г свиной печени * лавровый лист * черный перец горошком * шпик * щепотка мускатного ореха * 3 стакана 3 %-ного уксуса * соль — по вкусу.

Подготовленную свиную голову выдержать 3 дня в маринаде, приготовленном из уксуса, соли, лаврового листа и перца горошком. Затем голову вынуть, обсушить и отнять нижнюю челюсть. Вынуть из головы кости и наполнить ее фаршем. В качестве фарша использовать слегка обжаренную свиную печень,

смоченный в молоке белый хлеб, шпик, лук и крутые яйца. Начинку посолить, поперчить, посыпать мускатным орехом. Завернуть фаршированную голову в салфетку и отварить до готовности. Выложить голову на блюдо и облить уваренным бульоном.

СТУДЕНЬ «КРЕСТЬЯНСКИЙ»

1 петух * 1 яйцо * 2 моркови * зелень и корень петрушки * 20 г желатина * соль * специи.

Подготовленную тушку петуха нарезать крупными кусками. Положить мясо в кастрюлю, залить холодной водой, поставить на слабый огонь и варить 3—4 ч, снимая жир и пену. Морковь и корень петрушки нарезать соломкой и слегка обжарить на сковороде без жира. За час до окончания варки добавить в бульон поджаренные коренья и лук.

Готовое мясо птицы вынуть из бульона, отделить от костей, разложить на блюде. Бульон процедить, ввести подготовленный желатин, вскипятить и слегка охладить. Блюдо с мясом украсить оливками, дольками вареного яйца, зеленью петрушки и укропа, залить бульоном и поставить в прохладное место для застывания.

СТУДЕНЬ «ПРЯНЫЙ»

2 свиные ножки * свиная голова * 500 г белого вина * 1,5 л воды * 3 ст. л. уксуса * 7 луковиц * 3 бутона гвоздики * 1 вареная морковь * 2 яйца * соль * перец.

Ножки и голову опалить, тщательно промыть, залить холодной водой и поставить на слабый огонь.

После закипания снять пену, посолить и варить около часа. Затем добавить вино, уксус, гвоздику, луковицу и варить еще около 3 ч.

Готовое мясо вынуть из бульона и отделить от костей. Нарезать мясо ломтиками и разложить на блюде. Украсить кружочками вареных яиц, ломтиками лимона и вареной моркови. Залить все процеженным бульоном и дать застыть.

ОВОЩНОЙ СТУДЕНЬ

По 250 г моркови, стручковой фасоли, цуккини и сладкого перца (по возможности стручки красного, желтого и зеленого цветов) * 4 маленькие луковицы * 2 дольки чеснока * 125 г шампиньонов * 3 ст. л. подсолнечного масла * $^{1}/_{4}$ л овощного бульона * 24 г желатина * по 150 г йогурта и сливок * перец * соль * немного свежего кервеля.

Почищенные и помытые морковь, цуккини и сладкий перец нарезать соломкой. Очищенный лук и чеснок, а также почищенные грибы мелко нарубить и слегка обжарить в масле в неглубоком широком сотейнике. Добавить нарезанные соломкой овощи, фасоль, залить все овощным бульоном, посолить, поперчить и тушить под крышкой 5 мин.

Желатин замочить в холодной воде, дать ему набухнуть. Овощной бульон слить и растворить в нем желатин. Слегка охлажденный бульон смешать с йогуртом и сливками. Продолговатую форму выстлать полиэтиленовой пленкой, смазать растительным маслом. На дно положить листики кервеля, выложить тушеные овощи и залить их желе. Оставить блюдо на ночь застывать.

СТУДЕНЬ «СУДАЧОК»

500 г филе судака * 400 г желе * 50 г майонеза * чернослив * зелень * соль.

Отварить в подсоленной воде филе рыбы. Затем остудить, нарезать крупными ломтиками, разложить на блюде и полить майонезом. В рыбный бульон добавить размоченный желатин, довести до кипения, снять с огня и процедить. Украсить рыбу припущенным черносливом, зеленью и залить все подготовленным желе. Поставить блюдо на 2 ч в холодильник для полного застывания.

СТУДЕНЬ ИЗ РУБЦОВ

Рубцы * 8 горошин черного перца * лавровый лист * 3 зубчика чеснока * 15 г желатина * черный молотый перец * соль.

Сырые рубцы зачистить, замочить на несколько часов в холодной воде, периодически меняя ее, промыть, положить в кастрюлю, залить водой и варить при слабом кипении 3—4 ч. После этого воду слить, залить рубцы чистой водой, положить лавровый лист, соль, перец и варить еще 1—2 ч. Вареные рубцы охладить в том же бульоне, вынуть, нашинковать соломкой, а в бульон добавить замоченный желатин и нагреть до его растворения. В бульон с желатином положить рубцы, шинкованный чеснок, довести до кипения, разлить в формы и охладить.

ЗЕЛЬЦ ПО-НЕМЕЦКИ

$^1/_2$ свиной головы * 2 свиные ноги * 100 г соленых огурцов * 1 луковица * $^1/_3$ стакана винного уксуса * 1 ч. л. сахара * соль и перец — по вкусу.

Свиную голову тщательно промыть и замариновать в растворе соли на 2—3 дня. Затем сварить голову в подсоленной воде до готовности, вынуть и в том же бульоне сварить подготовленные свиные ножки. Отделить мясо от костей, мелко нарезать, вскипятить вместе с бульоном, добавить кубики соленых огурцов без кожи и семян, нарезанный соломкой репчатый лук, сахар, перец, соль и винный уксус. Бульон размешать и прокипятить. Разлить зельц в подготовленные формы и поставить в прохладное место для застывания.

На гарнир к зельцу можно подать жареный картофель.

ЗЕЛЬЦ «ПЯТАЧОК»

Свиная голова * ножки * 500 г свинины * 2 луковицы * 2 корня петрушки * 1 морковь * 1 корень сельдерея * цедра 1 лимона * перец горошком, гвоздика, соль — по вкусу.

Свиную голову и ножки хорошо промыть, разрубить на куски и сварить с добавлением соли, перца, кореньев и лука. В этом же отваре сварить свиное филе. Затем отделить мясо от костей, мелко нарезать, положить в кастрюлю, добавить гвоздику и лимонную цедру, залить бульоном так, чтобы он едва по-

крывал мясо, и поставить на слабый огонь. Уваренную массу выложить на смоченную в кипятке салфетку, свернуть в виде рулета, перевязать шпагатом и положить под гнет. Выдержать сутки. Перед подачей зельц нарезать ломтиками.

ЗЕЛЬЦ «СЛАВЯНСКИЙ»

1 свиная и 1 телячья голова * телячий язык * 250 г фисташек * 1,5 кг рубленого шпика * бычий пузырь * корица * гвоздика * мускатный орех * лавровый лист * соль * перец.

Снять мясо со свиной и говяжьей головы, отделить уши, взять хорошо очищенный язык и все порубить ножом. В подготовленную массу положить молотые пряности (гвоздику, корицу, мускатный орех), добавить нарезанные фисташки, рубленый шпик, начинить этой смесью бычий пузырь, залить водой и поставить на сильный огонь. Когда вода закипит, посолить, положить лавровый лист и перец горошком, варить 2—3 ч. Готовый зельц вынуть из кастрюли и, не остужая, положить под гнет. Зельц должен принять округлую приплюснутую форму.

СОУСЫ К СТУДНЯМ, ХОЛОДЦАМ И ЗЕЛЬЦАМ

ГОРЧИЦА

60 г сухого горчичного порошка * 80 г воды * 40 г 9%-ного уксуса * 10 г соли * 10 г сахара * 10 г растительного масла.

Горчичный порошок просеять и всыпать в небольшую миску. Влив кипяток, хорошо размешать, разровнять, налить сверху тонкий слой кипятка и выдержать 5—6 ч. Затем слить лишнюю воду, добавить соль, сахар, уксус, подсолнечное масло. Хорошо перемешать, дать настояться в течение суток.

СОУС ГОРЧИЧНЫЙ

2 луковицы * 1 соленый огурец * $^1/_2$ стакана столового уксуса * 2 ст. л. масла * 2 ст. л. муки * 1 ст. л. готовой столовой горчицы * $^1/_2$ лимона * молотый черный перец * соль.

Лук и огурец мелко нарезать, положить в кастрюлю, полить уксусом и варить на слабом огне. В разогретом масле спассеровать муку до коричневого цвета, разбавить бульоном и варить, добавив подго-

товленные лук и огурец, соль, перец, горчицу и лимонный сок. Соус прогреть, но не кипятить.

СОУС ОСТРЫЙ

300 г томата * 150 г масла * 100 г лука * $^1/_2$ л рыбного бульона * чеснок * лавровый лист * соль * сахар.

Масло и томат прогреть, помешивая, добавить мелко нарезанный лук и прогреть еще раз. Затем добавить соль, сахар, рыбный бульон и варить 15 мин. Перед окончанием варки добавить чеснок и лавровый лист. Соус охладить и добавить немного горчицы.

СОУС ИЗ ХРЕНА С УКСУСОМ

300 г хрена * 250 г 9 %-го уксуса * 2 $^1/_4$ стакана воды * 2 ч. л. сахара * 2 ч. л. соли.

Корень хрена очистить, промыть, натереть на терке, положить в банку или другую посуду, залить кипятком, банку накрыть крышкой. Когда хрен остынет, добавить к нему уксус, сахар, соль, все размешать. Уксус можно заменить соком лимона.

СОУС ДЛЯ ЗАЛИВНОЙ ДИЧИ

2 ст. л. горчицы * 2 ст. л. растительного масла * 2 ст. л. лимонного сока * 6 ст. л. желе красной смородины.

Горчицу смешать с растительным маслом, соком лимона и желе из смородины.

СОУС СМЕТАННЫЙ С ХРЕНОМ

$^1/_2$ л сметанного соуса * 100 г хрена * 1 ст. л. сливочного масла * 1 ч. л. сахара * сок лимона * соль * черный молотый перец * лавровый лист.

Хрен натереть на мелкой терке и поджарить на сливочном масле. К поджаренному хрену добавить сок лимона, соль, сахар, перец, лавровый лист, припустить в течение 5 мин, затем соединить со сметанным соусом и прокипятить. Для сметанного соуса вскипятить сметану, соединить с пассерованной мукой, добавить соль, перец, после чего проварить соус 2—3 мин и процедить.

СОУС «ПРИБАЛТИЙСКИЙ»

2 яйца * 2 ст. л. сливочного масла * 2 ст. л. бульона * соль * зелень * 1 ч. л. уксуса.

Вареные яйца нарубить, смешать с разогретым сливочным маслом, добавить бульон, соль, зелень петрушки и уксус или лимонный сок. Все хорошо перемешать. Подавать к заливной рыбе.

СОУСЫ К ЗАКУСКАМ

СОУС МАЙОНЕЗ

21 г растительного масла * $^1/_4$ яичного желтка * уксус — по вкусу * 1 г готовой горчицы.

Яичные желтки отделить от белков, положить в посуду, добавить соль, горчицу и, растирая смесь, влить в нее постепенно тонкой струйкой растительное масло, при этом желтки должны соединиться с маслом, а смесь приобрести консистенцию густой сметаны. Соус заправить уксусом, все хорошо перемешать и поставить на холод.

СОУС МАРИНАД

1 г растительного масла * 11 г белых кореньев * 42 г моркови * 21 г томатов * 5 г сахара * 21 г лука * 62 г воды * 6 г зелени петрушки * уксус — по вкусу.

Овощи хорошо промыть, очистить, нарезать соломкой. Лук нарезать и обжарить. К нему добавить овощи и продолжать пассеровать в течение 15 мин. К пассерованным овощам добавить томатную пасту,

душистый перец, лавровый лист и тушить еще 10 мин, затем залить водой, добавить соль, уксус, немного сахара.

СОУС ГРИБНОЙ

10 г сушеных грибов * 10 г топленого масла * 62 г грибного отвара * 6 г муки * 11 г репчатого лука * 6 г зелени петрушки.

Грибы промыть, залить холодной водой и сварить до готовности. Отвар процедить, грибы еще раз промыть и мелко нарезать, лук нарезать ромбиками, слегка обжарить на масле ($^1/_2$ нормы), добавить грибы и жарить 10 мин. Муку обжарить на оставшемся масле до светло-коричневого цвета, развести процеженным грибным бульоном, ввести грибы с луком и варить 10 мин. Подается соус к картофельным биточкам.

СОУС ИЗ СМЕТАНЫ И ДРОЖЖЕЙ

30 г сметаны * 5 г сливочного масла * 6 г муки * 52 г бульона * 30 г пекарских дрожжей * $^1/_2$ яичного желтка.

Муку спассеровать на масле до светло-желтого цвета, развести кипящим мясным бульоном, все хорошо вымешать, добавить сметану и прокипятить 15 мин. Дрожжи растворить в холодной воде, поставить на огонь и проварить 10 мин, после этого соединить с горячим сметанным соусом и сырым яичным желтком. Соус прогреть до загустения и снять с огня.

СОУС СМЕТАННЫЙ

5 г сливочного масла * 6 г муки * 30 г сметаны * 50 г бульона.

Муку спассеровать на масле до светло-желтого цвета, развести кипящим мясным бульоном, тщательно вымешать, добавить сметану и прокипятить 10 мин. Подается этот соус к мясным, овощным, рыбным блюдам.

СОУС ТОМАТНЫЙ

21 г томата * 10 г сливочного масла * 6 г моркови * 6 г кореньев * 6 г муки * 65 г бульона.

Морковь, пастернак мелко нарезать и обжарить на масле ($^1/_2$ нормы), добавить томатную пасту и продолжать пассеровать еще 5 мин. Муку подсушить на сковороде до светло-желтого цвета, смешать с овощами и томатом, развести мясным бульоном, после этого добавить специи и варить на слабом огне 20 мин.

Соус процедить и ввести в него оставшееся масло. Этот соус используют в рыбных и мясных блюдах.

СОУС ПОЛЬСКИЙ — 1

10 г сливочного масла * 61 г рыбного бульона * $^1/_2$ яйца * 6 г муки * 10 г сливок * 3 г зелени петрушки * $^1/_5$ лимона.

Муку спассеровать на масле, развести рыбным бульоном, все тщательно размешать, прокипятить и процедить. Соус заправить сливками, добавить кру-

тое нашинкованное яйцо, сок лимона и мелко нарезанную зелень петрушки.

СОУС ПОЛЬСКИЙ — 2

4 г муки * 5 г сливочного масла * 52 г овощного отвара * 1/2 яйца * 10 г сливок * 11 г молока для омлета * 1/5 лимона.

Муку подсушить без масла до светло-желтого цвета, развести овощным отваром, добавить корочку лимона, дать прокипеть 10 мин и процедить. Соус заправить сливками, добавить мелкорубленый паровой омлет, лимонный сок и масло.

СОУС КИСЛО-СЛАДКИЙ

30 г сметаны * 11 г чернослива * 6 г изюма * 11 г яблок * 6 г муки * 2 г сахара * 53 г овощного отвара * раствор лимонной кислоты — по вкусу.

Муку обжарить до светло-желтого цвета и развести ее кипящим овощным отваром, прокипятить, а потом процедить. В соус положить чернослив без косточек, изюм, мелко нарезанные яблоки, сметану. Варить на слабом огне под крышкой 10 мин, после этого добавить лимонную кислоту по вкусу и сахар.

ДЕЛИКАТЕСЫ ИЗ РЫБЫ, МЯСА И ОВОЩЕЙ

СЕЛЬДЬ ПОД «ШУБОЙ»

4 мелкие или 2 крупные сельди * 3—4 картофелины * 2 головки репчатого лука * 1—2 моркови * 1 крупная свекла * 200 г майонеза.

Сельди очистить от кожи, отделив головы, удалить внутренности, вынуть кости, разделать на филе, нарезать мелкими кусочками. Отварить «в мундире» картофель, морковь и свеклу; остудить, очистить и натереть их на крупной терке в разные тарелки. Далее укладывать продукты в салатницу слоями, смазывая каждый майонезом. Сначала выложить картофель, затем сельдь, далее лук, потом морковь, а сверху свеклу.

Смазать готовый салат майонезом и дать постоять 3—4 ч.

САЛАТ ИЗ СЕЛЬДИ СО СВЕКЛОЙ И ЯБЛОКАМИ

500 г сельди * 2 свеклы * 1 головка репчатого лука * 2 яблока * 100 г майонеза * сахар * соль * лимонный сок.

Отварить свеклу до готовности и остудить. Очистить сельдь, отделить от костей и кожицы, нарезать кусочками. Лук очистить и нарезать тонкими полукольцами. Яблоки нарезать соломкой и сбрызнуть лимонным соком. Свеклу натереть на крупной терке. Смешать все продукты, приправить сахаром, посолить по вкусу, добавить майонез и все хорошо перемешать.

Выложить салат горкой в салатницу, украсив сверху ломтиками сельди и колечками репчатого лука.

САЛАТ «АППЕТИТНЫЙ»

4 филе сельди * сок 1/2 лимона * 100 г кефира (3,2 %-ной жирности) * 2 ст. л. майонеза * 1 ч. л. растительного масла * 1 ч. л. горчицы * 2 картофелины * 1 яблоко * зеленый лук * сахар * соль * черный молотый перец.

Сельдь вымочить, полить лимонным соком и оставить на полчаса. В это время приготовить соус: смешать кефир, горчицу и растительное масло, заправить сахаром, перцем и солью.

Мелко нарезать отварной картофель, зеленый лук и яблоко. Добавить соус, все хорошо перемешать, выложить в салатницу, смазать сверху майонезом,

выложить нарезанную кусочками сельдь, украсить зеленым луком.

ТИРОЛЬСКИЙ САЛАТ

10 картофелин * 5 филе сельди * 2 соленых огурца * 250 г консервированной (темной) фасоли * 10 шт. чернослива * 2 головки репчатого лука * 1 ст. л. горчицы * 1 зубок чеснока * 2 ст. л. растительного масла и лимонного сока * 200—300 г майонеза * сахар * соль.

Залить чернослив и мелко нарезанный лук кипятком. Приготовить соус: смешать лимонный сок, растительное масло, горчицу и пропущенный через пресс чеснок.

Нарезать ломтиками отваренный горячий картофель и полить соусом. Нарезать соломкой огурцы. Процедить фасоль.

Нарезать полосками филе сельди и чернослив. Смешать все ингредиенты в большой салатнице. Заправить майонезом, посолить по вкусу.

Поставить в холодильник на 2 ч.

САЛАТ «ГЕНЕРАЛЬСКИЙ»

3—4 картофелины * 1 головка репчатого лука * 1 редька или 4—5 редисок * 1 крупная морковь * 2—3 яблока * 2 яйца * соль * 200 г майонеза * зелень.

Отварить картофель и яйца. Остальные овощи натереть на крупной терке. Уложить в салатницу слоями картофель, нарезанный мелкими кубиками; мелко порезанный репчатый лук; тертые редьку или редис, свежую морковь, яблоки; мелко нарезанные

яйца. Каждый слой (кроме яблок) посолить, смазать майонезом.

Сверху салат намазать майонезом, украсить веточками зелени. Дать настояться 2—3 ч.

ТОРТ «ФАНТАЗИЯ»

300—400 г свинины * 4 крупные картофелины * 4 крупные моркови * 2 свеклы * 4 яйца * 2 головки репчатого лука * 2 ст. л. уксуса * 1 гранат (или 200 г красной смородины) * 400 г майонеза.

Отварить мясо, яйца и овощи. Остывшие мясо и яйца нарезать мелкими кубиками, овощи остудить, очистить и натереть на крупной терке в отдельные тарелки, нарезать мелко лук. На большое плоское блюдо с бортиками выложить слоями, перемазывая каждый майонезом: $^1/_2$ часть свеклы, $^1/_2$ часть моркови, картофель, мясо, маринованный лук (залить лук уксусом, смешанным с водой 1:1, дать постоять 10 мин, затем жидкость слить), яйца, оставшуюся часть моркови, затем — свеклы. Сверху торт смазать майонезом и посыпать гранатовыми зернами или ягодами смородины. Готовить за 3—4 ч до подачи к столу.

САЛАТ С КРАБОВЫМИ ПАЛОЧКАМИ

4 яйца * 1 банка (340 г) консервированной кукурузы * 1 средняя упаковка (200 г) крабовых палочек * 1—2 свежих огурца * зелень укропа * соль * 150—200 г майонеза.

Яйца отварить вкрутую, остудить, нарезать мелкими кубиками; палочки и огурцы нарезать соломкой, кукурузу отцедить. Смешать все продукты, до-

бавить соль, зелень и майонез. Салат украсить сверху зернами кукурузы.

САЛАТ С КУКУРУЗОЙ

2 головки репчатого лука * 3—4 яйца * 3 крупные моркови * 200 г сыра * $^1/_2$ банки (340 г) консервированной кукурузы * 150—200 г майонеза.

Лук нарезать тонкими полукольцами, яйца, морковь и сыр натереть на крупной терке в отдельной тарелке. На плоское блюдо с высокими бортами выложить слоями, смазывая каждый майонезом: лук, яйца, морковь, сыр. Сверху на салат выложить кукурузу. Дать настояться 2 ч.

САЛАТ ИЗ ЯЗЫКА

300 г языка (телячьего или говяжьего) * 2—3 моркови * 3—4 картофелины * 1—2 соленых огурца * 1 яйцо * 1 корень сельдерея * 3 ст. л. уксуса * 4 ст. л. растительного масла * зелень петрушки.

Язык отварить в подсоленной воде вместе с овощами. Вынуть из бульона, тщательно очистить от кожицы и нарезать тонкими ломтиками. Отваренные овощи нарезать кубиками, добавить к ним нарезанные кубиками соленые огурцы. Смешать овощи с языком, полить уксусом и растительным маслом. Снова все слегка перемешать и выложить в салатницу. Посыпать зеленью петрушки, украсить рублеными яйцами и кусочками соленого огурца. В салат можно добавить четверть стакана вареной фасоли, а вместо уксуса и растительного масла использовать майонез.

САЛАТ «ДУБКИ»

500 г вареной курятины * 150 г сухих грибов * 2 яйца * 200 г майонеза.

Мясо нарезать лапшой, добавить отваренные грибы, круто сваренные и нарезанные яйца, соль. Заправить майонезом, украсить маринованными фруктами и зеленью.

«ГРИБОЧКИ» ИЗ ПЕРЦА

500 г зеленого сладкого перца * 500 г некрупных красных помидоров * по одной луковице и свежему огурцу * петрушка * майонез или сметана.

Вымытые и вычищенные стручки зеленого перца плотно начинить любым мясным салатом, чтобы они могли стоять. Сверху на них надеть половинки помидоров, очищенных от мякоти, так, чтобы получились «грибки». Сверху на помидоры насыпать мелко накрошенный репчатый лук. Блюдо украсить свежими огурцами, помидорами, петрушкой. Подать майонез или сметану.

САЛАТ «СЮРПРИЗ» ИЗ КАЛЬМАРОВ

500 г кальмаров * 2—3 картофелины * 1—2 моркови * 2—3 яблока * 4 ст. л. зеленого горошка * $^1/_2$ банки майонеза * соль * перец.

Отваренные кальмары и свежие яблоки нарезать соломкой. Отваренные картофель и морковь нарезать

кубиками. Смешать все компоненты, добавить зеленый горошек и заправить майонезом; посолить, поперчить по вкусу.

САЛАТ ИЗ КРЕВЕТОК

400 г креветок * 4 картофелины * 3 яйца * 150 г зеленого горошка * $^{2}/_{3}$ банки майонеза * лимонный сок и соль.

Креветки отварить, очистить от панциря, сбрызнуть лимонным соком. Вареный картофель и сваренные вкрутую яйца нарезать ломтиками, добавить к ним зеленый горошек и подготовленные креветки (оставить немного для украшения), заправить майонезом, посолить и осторожно перемешать. Выложить в салатницу, украсить зеленым горошком, кусочками яйца и креветками. Такой салат можно готовить из консервированных креветок.

САЛАТ «КРЕЩАТИК»

200 г телятины * 50 г окорока * 150 г языка * 100 г свеклы * 300 г картофеля * 100 г соленых огурцов * 100 г маринованных грибов * 1 яйцо * 200 г консервированного горошка * 200 г майонеза или 200 г сметаны * зелень.

Холодное вареное мясо, окорок или рулет, вареные картофель и свеклу, очищенные соленые огурцы, маринованные грибы нарезать кубиками. Все компоненты смешать, заправить майонезом или сметаной. Салат оформить зеленью, вареным яйцом и мясом.

ГРИБНОЙ САЛАТ С ВЕТЧИНОЙ

200 г соленых или маринованных грибов * 100 г постной ветчины * 4 отварные картофелины * 1 свежий огурец * 1 свежий помидор * 1 головка репчатого лука * 1 стакан сметаны * 1 вареное яйцо * уксус * соль * сахар * горчица * зеленый салат * зелень укропа или петрушки.

Грибы, ветчину, картофель и огурцы нарезать ровными дольками, перемешать. В сметану добавить уксус, горчицу, соль, сахар. Полученной заправкой залить подготовленные продукты. Украсить ломтиками яйца, помидорами и зеленью.

САЛАТ ИЗ ОСЕТРИНЫ С ПОМИДОРАМИ И ЯБЛОКАМИ

300 г осетрины * 3—4 картофелины * 2 огурца * 1 яблоко * 2 помидора * зеленый салат * 1 вареное яйцо * 200 г майонеза * соль.

Картофель и осетрину отварить. Овощи и рыбу мелко нарезать, посолить, перемешать и заправить майонезом. Перед подачей к столу добавить нарезанное яблоко. Украсить зеленым салатом и яйцом.

САЛАТ ИЗ ПЕЧЕНИ ТРЕСКИ

1 банка печени трески * 2 яйца * 1 головка репчатого лука * 1 плавленый сырок * 1/2 банки майонеза * зелень петрушки * соль — по вкусу.

Печень трески мелко порубить, сваренные вкрутую яйца, плавленый сырок и луковицу мелко наре-

зать. Все компоненты смешать, заправить майонезом. Украсить зеленью.

САЛАТ-КОКТЕЙЛЬ ИЗ ЯЗЫКА

30 г языка * 15 г красного маринованного перца * 15 г зеленого горошка * 10 г майонеза * 15 г сливок * зелень * специи.

Отварной язык и красный маринованный перец нарезать соломкой, уложить в вазочку, добавить зеленый горошек и заправить майонезом и сливками. Сверху посыпать укропом.

САЛАТ-КОКТЕЙЛЬ ИЗ КУРИЦЫ И ФРУКТОВ

20 г курицы * $^1/_2$ яблока * $^1/_2$ апельсина * по 1 ч. л. майонеза и гранатового сока * 1 ст. л. сливок * зелень.

Мякоть вареной курицы, свежие яблоки (без сердцевины и семян), апельсины мелко нарезать, сбрызнуть гранатовым соком, заправить майонезом и взбитыми сливками.

САЛАТ-КОКТЕЙЛЬ «ПЕСТРЫЙ»

$^1/_2$ свежего огурца * 2 ст. л. зеленого горошка или красного сладкого перца * $^1/_2$ свежего помидора * 1 перо лука-порея * 2 редиски * 1 яйцо.

Подготовленные свежие огурцы и помидоры нарезать мелкими кубиками (либо брусочками), зеленый лук, мелко нашинковать, красный редис не очищать от кожицы. Уложить в посуду слоями, чередуя овощи и добавляя зеленый горошек или красный сладкий перец, заправить майонезом. Украсить зеленью и дольками крупного яйца.

ЭТИКЕТ ЗА ПРАЗДНИЧНЫМ СТОЛОМ

КАК ПРИНЯТЬ ГОСТЕЙ

У нас принято начинать прием гостей с приглашения к столу; принимать приглашение следует без излишней торопливости. Хозяевам нужно позаботиться о том, чтобы гостям было приятно и весело. Знакомству способствует общий стол и правильный порядок за ним. Ведь именно здесь происходит обмен мнениями, раскрываются одинаковые или различные точки зрения, словом, это место, где начинается сближение людей.

Для того, чтобы во время еды было легко соблюдать общепринятые правила приличия, необходимо тщательно накрыть стол.

Каждый прибор для обеда состоит из большой мел кой тарелки для второго блюда, на которую ставя тарелку закусочную, а спереди, чуть слева — малень кую тарелочку для хлеба. Глубокие супные тарелки следует ставить заранее, их подают наполненными су пом. Ложку для супа кладут перед прибором ручко вправо или рядом с ножом, правее, открытой часты вверх, столовый нож — справа от тарелки, лезвием ней. Вилку — слева, зубцами вверх. Хорошо, когда приборе две вилки: одна для мяса, другая для рыбы

В приборе для ужина должны быть одна или две закусочные тарелки (верхняя меньше, чем нижняя): одна — для рыбных, другая — для овощных и мясных закусок.

Если на стол подано вино или водка, то перед прибором ставят и соответствующую посуду: кроме рюмки желателен стакан или бокал для прохладительных напитков.

Каждая хозяйка старается приобрести полный набор столовых принадлежностей. Если же у нее мало посуды, то после рыбы, перед подачей мясного блюда или пирога, посуду следует собрать и вымыть. В это время гости займутся беседой.

Салфетки кладут, а если они накрахмалены, ставят на тарелке. Бумажные салфетки также раскладывают по тарелкам.

Лучшее украшение стола — живые цветы.

Пищу нужно приготовить так, чтобы, положив на тарелку, ее можно было сразу начинать есть. Вот почему принято сыр и колбасу подавать очищенными и нарезанными. Селедка — распространенная закуска; она также должна быть очищена от кожицы и костей и нарезана. Неправильно поданная еда иногда вынуждает гостей нарушать общепринятые правила: например, пользоваться ножом, когда едят рыбу.

ЗА СТОЛОМ

Для того чтобы за столом всем было весело и интересно, надо правильно рассадить гостей, это способствует скорейшему возникновению беседы. Постарайтесь сделать так, чтобы женщины оказались между мужчинами. Мужей и жен принято сажать порознь,

10 Зак 155

а пришедших вдвоем юношу и девушку — рядом. Хорошо учесть возраст, вкусы и интересы гостей: надо сажать юношей рядом с девушками, людей немолодых — друг с другом. Очень важно, чтобы сосед или соседка по столу оказались хорошими, интересными собеседниками.

К приходу гостей стол должен быть накрыт. Это освобождает хозяйку, и она все время может быть вместе с гостями. Приглашая к столу, хозяйка садится первой. Если она не сделает этого, мужчина будет чувствовать себя неловко.

Приглашенных надо угощать, но в меру: не нужно быть назойливыми, предлагая какое-либо блюдо, ведь вкусы людей очень разные и то, что нравится одному, возможно, неприемлемо для другого. Особенно осторожно следует угощать вином.

Хозяйка не разливает вино. Это делает мужчина. Хорошие хозяева в течение 10—15 мин не предложат пить «по второй».

Разумеется, недопустимо требовать, чтобы вино было выпито «до дна». Никакого регламента здесь нет и не может быть, так же, как нет никакого нарушения вежливости и правил гостеприимства в том, что человек за столом пригубил и тут же поставил рюмку. Пить вино или водку стаканами недопустимо. Нет обычая допивать «до дна» или «не оставлять зла»; все это досужие выдумки любителей выпить или, что еще хуже, любителей спаивать других.

Во время еды некрасивые манеры особенно бросаются в глаза.

Человек, не умеющий правильно и красиво есть, зачастую вызывает у окружающих брезгливое чувство.

Принято сидеть за столом совершенно прямо. Стул стоит на таком расстоянии от стола, чтобы не

нужно было наклоняться. Если сесть слишком близко, вы не сможете пользоваться столовым прибором. Недопустимо разваливаться на стуле, класть на спинку локти. Попробуйте сделать это перед зеркалом, и вы сразу поймете справедливость данного совета. Кисти рук можно держать на столе.

Некрасиво выражать свое неудовлетворение тем или иным блюдом или вином.

Не надо протягивать руки над приборами соседа — это мешает ему есть. Если вы хотите получить стоящее далеко блюдо, соль, хлеб, надо попросить передать вам это, а не тянуться через стол.

Не следует брать пищу с общего блюда своей вилкой или ложкой. Это значит, что должна быть ложка в каждом блюде. Все эти принадлежности вполне доступны, и сегодня их может приобрести каждая хозяйка. Соль и горчицу принято класть на свою тарелку теми ложечками, которые в них положены, если ложечки нет, можно взять своим ножом, пока он еще не был в употреблении.

Кусок пищи должен быть таких размеров, чтобы его можно было легко взять в рот и разжевать. Откусывать от целого куска некрасиво. Вспомните, какое неприятное бывает зрелище, когда от наколотой на вилку сосиски откусывают куски или обгрызают ее со всех сторон, или когда едят апельсин, не разделив его предварительно на дольки, и сок течет по подбородку.

Хлеб и все виды печения принято отламывать на хлебной тарелочке небольшими кусочками. Если вы едите хлеб с маслом, то мазать маслом рекомендуется каждый такой небольшой кусочек. Это правило относится также к паштетам, икре и т. п. Поэтому масло, икру, паштет следует сначала взять из общей посуды, положить на свою тарелку и затем уже есть.

Если вы торопитесь, можно есть бутерброд, откусывая от целого куска, но в ресторане или в гостях бутерброд должен лежать на тарелке, и есть его принято с помощью вилки или ножа, отрезая небольшие куски. Если хлебных тарелочек нет, хлеб можно класть на стол.

ХОРОШИЕ МАНЕРЫ

Если к прибору подана тканевая салфетка, ее обычно расстилают на коленях. Салфеткой вытирают только губы и руки. После еды салфетку следует оставить возле своего прибора; складывать ее при этом не принято.

Вредно и очень некрасиво переполнять рот пищей, попробуйте-ка с полным ртом ответить на вопрос собеседника. А небольшой кусочек можно легко и быстро прожевать и проглотить. Поэтому принято ножом или вилкой отделять небольшие куски от целого. Некрасиво, когда пищу не подносят ко рту, а тянутся к ней.

Жевать следует с закрытым ртом и сомкнутыми губами, а глотать беззвучно. Жидкую пищу едят небольшими глотками.

Во время еды старайтесь не отставать, чтобы никого не задерживать. Однако торопиться тоже не следует, даже когда вы очень хотите есть; это всегда выглядит некрасиво. Человек, который торопится за праздничным столом, попадает в неловкое положение, когда все еще заняты едой, ему нечего делать.

В гостях не принято просить добавку, так как это может поставить хозяйку в затруднительное положение. Если же она сама предложила вторую порцию, а вам это блюдо понравилось и вы еще не сыты — не стесняйтесь, это абсолютно прилично.

Если блюдо нравится вам, съешьте все, что лежит у вас на тарелке. В прошлом манера оставлять на тарелке немного пищи считалась признаком дурного вкуса и недостаточного воспитания. Если еда вам не нравится, съешьте столько, сколько можно, но не отказывайтесь от поданного блюда и не объясняйте причины, почему вы не хотите есть, это не принято. Если вы знаете, что блюдо вам не по вкусу или запрещено врачами, попросите, чтобы вам дали маленькую порцию; сидеть за общим столом с пустой тарелкой неудобно. Совсем отказываться от еды нехорошо; это ставит хозяйку в неловкое положение — ей нечего предложить вам взамен.

Все сказанное не относится к закускам. Они поставлены на выбор, и каждый ест то, что ему по вкусу.

Если вы приглашены на обед, помните, что после закусок будет суп, затем второе, а может быть еще и сладкое или чай. Поэтому наедаться закусками не рекомендуется.

Очень некрасиво доставать что-то из открытого рта. Рыбную кость можно вынут языком и губами, а затем левой рукой положить на край тарелки или губами опустить косточку на поднесенную ко рту вилку или ложку и тоже положить на край тарелки. Точно так же принято обращаться с фруктовыми косточками, поэтому, когда подают компот, блюдце или вазочку ставят на тарелочку.

Не принято пользоваться зубочисткой, сидя за столом, и вообще в присутствии других людей, так же как не принято заниматься в общественном месте личным туалетом (и косметикой тоже). Посмотреть в зеркало и чуть подправить прическу или одежду можно, но подкрашиваться и тем более пудриться на людях не принято.

КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ СТОЛОВЫМИ ПРИНАДЛЕЖНОСТЯМИ

Умение правильно пользоваться столовыми принадлежностями — одно из основных правил культурного поведения за столом.

Большой столовой ложкой едят суп, столовой вилкой и ножом — второе блюдо. Десертная ложка (меньше столовой) служит для киселей, компотов и муссов; закусочные вилка и нож (несколько меньше, чем столовые) — для закусок. Такими же ножами, если нет специальных фруктовых, чистят и разрезают фрукты. Чайные ложки предназначаются для чая, кофе, какао, мороженого.

Все столовые принадлежности следует держать в трех пальцах, так же, как мы держим карандаш, но брать их надо за ручку.

Если подано мясо или дичь, вилку берут левой рукой, так как правой держат нож. Не принято, держа нож в правой руке, а вилку в левой, разрезать все мясо на тарелке, а затем, отложив нож в сторону, переложить вилку из левой руки в правую и есть без помощи ножа. Это детская манера. Начиная с 13—14 лет нужно привыкать правильно пользоваться приборами, т. е. держать нож в правой руке, а вилку в левой.

Как же приучить левую руку к необходимым движениям? Можно дать такой совет. Возьмите самую простую еду (картофель или макароны с подливой), не требующую применение ножа, и постарайтесь есть при помощи левой руки. Проделав это 10—15 раз, вы приобретете необходимые навыки. При этом сразу же приучайте левую руку держать вилку тремя пальца-

ми. После этого возьмите в правую руку нож и начните есть какое-нибудь мясное блюдо.

Держать ложку в кулаке не принято. Почему? Потому что в основе хороших манер, кроме эстетических требований, лежит и целесообразность, следовательно, бессмысленно сжимать в кулаке такой легкий предмет, как ложка. Движения, затрачиваемые на то, чтобы зачерпнуть суп и поднести его ко рту, — небольшие и небыстрые, но они должны быть точными и легкими. Их удобнее всего выполнять кистью и пальцами. А в кулаку надо держать такие предметы, которыми мы выполняем размашистые, сильные движения.

Ложку держат так, чтобы указательный палец находился снаружи и чуть сбоку ручки, несколько согнутый третий палец подложен под ручку снизу, а большой — придерживает ее сверху. Некоторые люди правильно держат ложку или вилку, но отставляют в сторону безымянный палец и мизинец. Это некрасивая манера, она свидетельствует о невоспитанности. В тарелке с супом можно водить ложку и к себе и от себя. При этом тарелка стоит неподвижно, иногда ее можно наклонить от себя. Подносить ко рту ложку принято не носиком, а бочком. Иногда бульон подают в чашках. В этом случае можно совсем не пользоваться ложкой, а пить его, как чай.

Если вы берете пищу вилкой так же, как ложкой, то и держать вилку следует так же, как ложку. Если же вы собираетесь накалывать кусочки пищи, вилку следует держать тоже в трех пальцах, но несколько по-иному: большой и третий палец держит ручку вилки, третий палец несколько подогнут вниз, а конец ручки упирается в ладонь. Указательный палец лежит на ручке сверху, чтобы можно было накалывать пищу. Зубцы вилки при таком движении должны быть направлены вниз. Правой рукой это делать лег-

ко, а левой вам придется потренироваться. Этой техникой должны владеть обе руки.

Мы уже говорили, что нож держат в правой руке тремя пальцами.

Есть с ножа неприлично, некрасиво и небезопасно. Ножом намазывают на хлеб масло, паштет, икру, режут и накладывают на вилку гарнир.

Нож должен быть хорошо наточен: тупым ножом невозможно действовать правильно и ловко. Но если вам в ресторане подадут недостаточно острый нож, не удивляйтесь — это своеобразное неписаное правило. В домашних условиях ножи должны быть достаточно острыми.

Не тяните голову за пищей, а поднесите ее ко рту. Наклоняться за едой — очень дурная манера. Посмотрите, как это делают другие, и вы увидите, насколько это некрасиво.

После того как вы поели, вилку и нож принято оставлять на своей тарелке справа, положив их параллельно. Крестиком складывают, когда еда окончена. Если к прибору был подан только один комплект принадлежностей, то, доев блюдо, оставьте прибор у себя, но кладите его так, чтобы не испачкать скатерть.

ЧТО ЧЕМ ЕСТЬ?

Закуски. Если на стол подано несколько видов закуски, то принято начинать с рыбы, потом овощи, затем грибы и мясное. Не рекомендуется накладывать на тарелку одновременно различные закуски, смешивать рыбные и мясные или разные рыбные блюда, кильки и шпроты. Не нужно есть вместе холодец и рыбу.

Рыбные блюда, если они правильно приготовлены, едят с помощью вилки и корочки хлеба. При этом рыбу отделяют от кости ребром вилки, а корочкой

помогают набирать гарнир. Если на тарелке остается соус, можно положить кусочек хлеба на тарелку и наколоть его на вилку, окунуть в соус.

Рубленое мясо (котлеты, голубцы и прочее) едят так же, как рыбу: с помощью вилки, которую держат в правой руке, и корочки хлеба.

Мясные блюда (куском) едят с помощью вилки и ножа. Придерживайте вилкой тот край куска мяса, от которого вы будете отрезать, отрежьте кусочек, переверните вилку зубцами вверх, кончиком ножа положите гарнир на мясо, а затем уже ешьте. Мясо с гарниром едят одновременно. Так же едят сосиски и сардельки.

Мясо, поданное в супе, принято есть после супа.

Все виды дичи едят с помощью вилки и ножа. После того как съедено мясо, косточку можно взять большим и указательным пальцем и обглодать. Но лучше, если вы научитесь есть все блюда ножом и вилкой. Это трудно, но и здесь умение приходит с тренировкой.

Пироги удобнее есть с помощью вилки и ножа. Маленькие пирожки берут руками.

Вареные яйца надо есть с помощью чайной ложки. Яичницу-глазунью следует есть ложкой; омлет — вилкой, помогая корочкой хлеба, а если в нем есть колбаса или ветчина, то с помощью ножа.

Чай, кофе, какао и другие горячие напитки мужчинам принято подавать в стаканах с подстаканниками, женщинам — в чашках. Из блюдца пьют маленькие дети.

Для того, чтобы жидкость не капала на скатерть, когда чашку подносят ко рту, блюдце должно быть сухим. Поэтому наливая чай или кофе, нужно не доливать до края чашки.

Перемешивая сахар, не стучите ложкой, а размешав, выньте ее из чашки или стакана и положите на

блюдечко; пить с торчащей ложкой не принято и не удобно.

Брать из сахарницы сахарный песок нужно не своей ложечкой, а той, что в сахарнице. Насыпав сахар в свою чашку, положите ложку снова в сахарницу; кусковой сахар принято брать для себя пальцами, а соседу по столу передают сахарницу. Если в сахарнице лежат щипцы — берут ими.

Пирожные с кремом едят ложечкой, сухое песочное принято есть руками, отламывая кусочки как хлеб. Сухое, но с кремом (трубочки и эклер), держат в руке целиком.

Если к чаю не подают тарелочки, конфеты или печенье кладут на край блюдца, но не на скатерть.

Фрукты. Яблоки и груши принято разрезать вдоль на четыре части. Взяв дольку в руки, выньте ножом косточки и, если хотите, очистите кожуру. Каждую очищенную дольку, перед тем как есть, разрезают в поперечном направлении на 2 или 3 небольшие части, чтобы каждая полностью помещалась во рту.

Апельсины надрезают вдоль и снимают кожу, плод делят на дольки.

Абрикосы и сливы разнимают на две части; персики режут вдоль пополам, вынимают косточки и едят дольки целиком. Если персик большой, его можно разрезать на четыре части.

Ягоды винограда кладут в рот руками.

Ананас удобно есть с помощью чайной ложки, так как он очень сочен и нежен.

ВИНО

Обычай пить водку одним глотком возник потому, что водка не вкусна. Вино пьют медленно, чтобы ощутить его запах и вкус. Пить вино залпом не при-

нято и некрасиво. Рюмку держат за низ ножки легко тремя пальцами; держать в кулаке не принято. Пятью пальцами держат стакан с прохладительными напитками.

Шампанское, если хотите, можно чуть пригубить или выпить весь бокал.

Обычай чокаться бытует в нашей стране, но не следует злоупотреблять им.

Наливая вино, принято держать бутылку за ее среднюю часть, а графин — за горлышко. Рекомендуется сначала отлить себе, затем налить женщинам, а потом уже мужчинам. Себе дольете после всех. Смысл этого правила в том, что если в только что откупоренной бутылке остались кусочки пробки, пусть они попадут в вашу рюмку. Кода вино разлито, осторожно, кончиком ножа выньте эти кусочки из своей рюмки. Из графина наливают сначала женщинам, потом мужчинам и в последнюю очередь себе. Разливают правой рукой, наклоняя бутылку влево. До края рюмки оставляют немного места.

ЗОЛОТЫЕ ПРАВИЛА

Женщина или девушка, сидящая во время еды справа от мужчины, считается его дамой. Мужчина или юноша старается помочь ей, когда она садится за стол: отодвигает от стола ее стул, просит пройти к столу, подставляет стул и предлагает сесть. Затем отставляет свой стул, проходит к столу и только после этого придвигает свой стул, взяв его двумя руками за сиденье. Наклоняться и подтягивать стул на себя, держась за сиденье рукой, пропущенной между ногами, неприлично. Садится за стол следует плавно. Этим правилом нужно руководствоваться не только

в гостях, но и дома, в общежитии, в столовой, в ресторане. Только тогда навыки переходят в привычку.

Если вы заметили, что женщине, сидящей слева от вас, ее кавалер не уделяет внимание, старайтесь быть внимательны к ней.

Ухаживание за столом выражается в подаче различных блюд, хлеба, масла, соли и т. п. Дама может положить поднесенную ей еду на свою тарелку и в тарелку соседа, но лучше, если он сам это сделает. Очень важно предложить своей соседке интересную тему для беседы. Сидеть молча и заниматься только едой — скучно. По окончании застолья мужчина встает первым и помогает выйти из-за стола даме. Пригласив встать, он отодвигает ее стул и освобождает ей место для прохода.

КАК ЗАКОНЧИТЬ УГОЩЕНИЕ

Гости никогда не знают, какое количество блюд будет подано на стол, но хозяева дома знают это отлично. Поэтому важно уметь «закончить стол».

Если после обеда или ужина подают чай, это почти всегда сигнал к тому, что окончена не только еда, но и прием. Попробуйте после того как гости потанцевали и повеселились, пригласить их к чайному столу. Выпив чаю, они через полчаса начнут расходиться по домам.

Когда гости покинут стол, уберите его; неубранный стол не украшает комнату.

Перед уходом следует подойти к хозяйке дома и поблагодарить ее. Обычай благодарить надо всячески поддерживать не только при посещении знакомых, но и у себя дома. Хозяйка стола — старшая в доме, поэтому и благодарить надо ее.

Разумеется, хозяева не должны «заканчивать стол», когда гости еще продолжают есть.

В РЕСТОРАНЕ И КАФЕ

Все изложенные правила поведения за столом, так же как и любые правила вежливости, применяются при посещении ресторанов и кафе.

Перед тем как сесть за столик, за которым уже кто-то есть, спросите у сидящих разрешения: «Это место свободно?», после положительного ответа скажите: «Разрешите сесть».

Не принято начинать беседу с незнакомыми соседями по столу, но если она возникает, поддержите ее. Перекинуться несколькими словами во время еды не означает, что вы познакомились. Познакомиться — значит представиться.

Если вы подошли к столику, за которым уже сидят знакомые между собой мужчина и женщина, не приглашайте ее танцевать, даже если спутник ее не танцует. Уходя из-за стола, поблагодарите остающихся и попрощайтесь.

Если в ресторан пришла компания, заказывать блюдо должен кто-нибудь один (лучше, если это делает мужчина), он же ведет расчет с официантом. Дело чести остальных отдать тому, кто рассчитывался, причитающиеся с них суммы; делать это принято так, чтобы дамы не видели, и, желательно, до выхода из помещения.

В дверь ресторана первым входит мужчина. Не принято оставлять женщину одну в ресторане.

КУРЕНИЕ

В учреждениях и общественных местах курить можно только в специально отведенном для этого месте. Разумеется, не следует курить там, где есть табличка «У нас не курят», и совершенно недопустимо курить в комнате, где есть дети. Курение — вреднейшая привычка, надо всячески помогать людям отвыкать от нее и удерживать всех начинающих курить. Если вы пришли по делу в частный дом и там не курят, то не только не курите, но даже не просите разрешения сделать это. Если вам очень хочется закурить, выйдите в коридор, переднюю. Не обижайтесь, если хозяева сами не предложат вам закурить.

Если курящий закурил у вас дома, предложите ему пепельницу. За столом курить не принято. Ни при каких обстоятельствах не следует стряхивать пепел на пол и, тем более, бросать окурки. Для этого есть пепельницы. Пользоваться вместо пепельницы столовой и чайной посудой, даже бывшей в употреблении, не полагается.

Принято угощать своими папиросами всех курящих. Подавать их надо, открыв портсигар или коробку.

От папиросы или сигареты прикуривают только тогда, когда нет спичек; от трубки не прикуривают.

Курящая девушка выглядит вульгарно, женщинам не принято курить на улице. Естественно, что танцевать с папиросой совсем уже неприлично.

Никогда не угощайте папиросами подростка.

Таково краткое изложение наиболее распространенных и общепринятых правил поведения в обществе, в основе которых лежат чувство собственного достоинства и уважение к людям.

СОДЕРЖАНИЕ

Маркова Антонина Прокопьевна

ЗАКУСКИ К ПРАЗДНИКУ

Ответственный редактор: Э. А. Юсупянц
Обложка: В. Кириченко
Корректоры: Н. Никанорова, О. Милованова

Лицензия ЛР № 065194 от 2 июня 1997 г.

Сдано в набор 10.02.2004. Подписано в печать 15.03.2004.
Формат 84x108 1/32. Бумага тип №2.
Гарнитура Школьная. Печать высокая.
Усл. печ. л. 16,8. Тираж 7000 экз.
Заказ № 155.

Издательство «Феникс»
344082, г. Ростов-на-Дону, пер. Халтуринский, 80.

Отпечатано с готовых диапозитивов в ЗАО «Книга».
344019, г. Ростов-на-Дону, ул. Советская, 57.
Качество печати соответствует предоставленным диапозитивам.





ISBN 5-222-04550-1

9785222045505

Феникс